

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

Факультет начальных классов
Кафедра педагогики и психологии начального образования

ЖОЛОВА ЮЛИЯ СЕРГЕЕВНА

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**РАЗВИТИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СЕБЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ
В ПРОЦЕССЕ ГРУППОВОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ С
ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕМЕНТОВ АРТ-ТЕРАПИИ**

Направление подготовки 44.04.02. «Психолого-педагогическое образование»
Направленность (профиль) образовательной программы
Мастерство психологического консультирования

Допущена к защите
Заведующий кафедрой

к.п.н., доцент Мосина Н.А.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)



14.12.20

(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

к.п.н., доцент Сафонова М.В.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)



14.12.20

(дата, подпись)

Научный руководитель

к.п.н., доцент Маковец Л.А.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

14.12.20

Студент

Жолобова Ю.С.

(фамилия, инициалы)

14.12.20



Оценка _____

Красноярск, 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

РЕФЕРАТ.....	3
ВВЕДЕНИЕ	8
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СЕБЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.....	13
1.1. Подходы к пониманию самосознания и представления о себе в психолого-педагогической литературе.....	13
1.3. Использование арт-приемов в групповом консультировании как средства развития представления о себе младших школьников	27
Выводы по главе 1.....	34
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СЕБЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ГРУППОВОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ.....	36
2.1. Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента	36
2.2. Обработка результатов констатирующего эксперимента	43
2.3. Организация и проведение формирующего эксперимента.....	54
Выводы по Главе 2	71
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	73
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	75
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	81

РЕФЕРАТ

Диссертация на соискание степени магистра психолого-педагогического образования «Формирование представления о себе младших школьников в процессе группового консультирования с использованием элементов арт-терапии».

Полный объем – 137 страниц, включая 15 рисунков, 21 таблицу и 5 приложений. Количество использованных источников – 70.

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально подтвердить результативность применения группового консультирования с использованием элементов арт-терапии как средства развития представления о себе младших школьников.

Объект исследования: процесс развития представления о себе младших школьников.

Предмет исследования: групповое консультирование с использованием элементов арт-терапии как средство развития представления о себе младших школьников.

Гипотеза исследования:

Гипотеза заключается в предположении о том, что психологическое консультирование будет являться эффективным средством развития представления о себе младших школьников, если:

- 1) будут проведены групповые консультации по специально организованной программе;
- 2) консультативные встречи будут направлены на развитие представлений о себе: на расширение образа «Я», формирование адекватной самооценки, уверенного поведения.
- 3) в ходе консультативных встреч будут использованы такие приемы, как арт-терапия, фототерапия, психологические упражнения, практические задания.

Теоретико-методологические основания исследования:

Идеи отечественных исследователей: Л. С. Выготского, Д. И. Дубровского, А. Н. Леонтьева, В. С. Мухиной, С. Л. Рубинштейна, И. И. Чесноковой, Е. В. Шороховой;

Теоретические представления гуманистической психологии К. Роджерса;

Исследования в области арт-терапии А. И. Копытина, Е. Е. Свистовской, О. Г. Селивановой.

В работе были применены следующие методы исследования:

Теоретические методы: анализ, синтез и обобщение научно-теоретических источников, анализ понятийно-терминологической системы исследования, обобщение практического опыта психологов.

Эмпирические методы: тестирование, опрос.

Статистические методы: качественный, количественный анализ результатов исследования, методы математической обработки данных.

В результате проведенного исследования были достигнуты следующие результаты:

1. Систематизированы взгляды ученых на проблему формирования представления о себе младших школьников средствами группового консультирования на основе методов арт-терапии.

2. Определены компоненты представления о себе младших школьников (когнитивный, оценочный, поведенческий); определено содержание уровней представления о себе в соответствии с критериями (высокий, средний, низкий); составлен диагностический комплекс исследования.

3. Проведено исследование актуального состояния представления о себе младших школьников, сделаны выводы об уровне развития представления о себе младших школьников.

4. Разработана и апробирована на практике программа групповых консультаций с использованием элементов арт-терапии.

Таким образом, достигнута основная цель исследования: разработана и апробирована программа занятий группового консультирования с использованием элементов арт-терапии, направленная на развитие представления о себе младших школьников.

Результаты исследования имеют теоретическую значимость: работа обобщает материал из областей общей и возрастной психологии, результаты, полученные в ходе исследования, станут основой для более углубленного изучения развития представления о себе младших школьников в ходе группового консультирования с использованием элементов арт-терапии.

Практическая значимость проведенного исследования заключается в разработке программы занятий группового консультирования, способствующей развитию представления о себе младших школьников. Результаты исследования могут быть использованы в консультировании педагогами-психологами.

Итогом нашего исследования на данном этапе является подтверждение высказанной гипотезы: занятия группового консультирования с использованием элементов арт-терапии являются результативным способом развития представления о себе младших школьников.

ABSTRACT

Dissertation for the master's degree in psychological and pedagogical education "Formation of self-image of younger students in the process of group counseling using elements of art therapy".

The full volume is 137 pages, including 15 figures, 21 tables, and 5 appendices. The number of sources used is 70.

The aim of the study is to theoretically substantiate and experimentally confirm the effectiveness of group counseling using elements of art therapy as a means of developing the self-image of younger students.

Object of research: the process of developing the self-image of younger students.

Subject of research: group counseling using elements of art therapy as a means of developing the self-image of younger students.

The hypothesis of the study:

The hypothesis is based on the assumption that psychological counseling will be an effective means of developing the self-image of younger students if:

- 1) group consultations will be held on a specially organized program;
- 2) consultation meetings will be aimed at developing self-image: expanding the Self-image, forming an adequate self-esteem, and confident behavior.
- 3) during the consultation meetings, techniques such as art therapy, phototherapy, psychological exercises, and practical tasks will be used.

Theoretical and methodological foundations of the study:

Ideas of Russian researchers: L. S. Vygotsky, D. I. Dubrovsky, A. N. Leontiev, V. S. Mukhina, S. L. Rubinstein, I. I. Chesnokova, E. V. Shorokhova;

Theoretical representations of humanistic psychology by K. Rogers;

Research in the field of art therapy A. I. Kopytina, E. E. Switowski, O. G. Selivanova.

The following research methods were applied:

Theoretical methods: analysis, synthesis and generalization of scientific and theoretical sources, analysis of the conceptual and terminological system of research, generalization of practical experience of psychologists.

Empirical methods: testing, survey.

Statistical methods: qualitative and quantitative analysis of research results, methods of mathematical data processing.

As a result of the study, the following results were achieved:

1. Systematized views of scientists on the problem of forming a self-image of younger students by means of group counseling based on art therapy methods.
2. the components of the self-image of younger students (cognitive, evaluative, behavioral) are Determined; the content of the levels of self-image is

determined in accordance with the criteria (high, medium, low); the diagnostic complex of the study is compiled.

3. a study of the current state of the self-image of younger students in accordance with the diagnostic tools, conclusions about the level of development of the self-image of younger students.

4. Developed and tested in practice, the group counseling program based on the elements of art therapy.

Thus, the main goal of the study was achieved: a program of group counseling sessions was developed and tested using elements of art therapy aimed at developing the self-image of younger students.

The results of the study are of theoretical significance: the work summarizes material from the fields of General and age psychology, the results obtained in the course of the study will become the basis for a more in-depth study of the development of self-image of younger schoolchildren during group counseling using elements of art therapy.

The practical significance of the study is to develop a program of group counseling classes that promotes the development of self-image of younger students. The results of the study can be used in counseling by teachers and psychologists.

The result of our research at this stage is the confirmation of the hypothesis: group counseling sessions using elements of art therapy are an effective way to develop the self-image of younger students.

ВВЕДЕНИЕ

На сегодняшний день самосознание - одна из центральных проблем философии, психологии и некоторых других гуманитарных наук. В младшем школьном возрасте ведущей формой самосознания является представление о себе. По мере взросления человека его размышления обращаются на анализ самого себя и внутрь себя: анализ своей внешности, поступков, состояний, переживаний, событий. Поиск жизненного смысла, обретение собственной идентичности, своего осознанного, а не навязанного «Я» - сложная задача для младшего школьника [51]. В этом возрасте ребенок только начинает задумываться над вопросами, кто он такой в этом мире, кто его семья, каким он является по сравнению с другими сверстниками, найти что-то особенное в себе, свою индивидуальность, то, чего нет в других, и часто не знает, как на них ответить. Актуальность нашего исследования подтверждает ФГОС второго поколения, в котором прописаны образовательные результаты, в числе которых личностные результаты, то есть сформировавшаяся в образовательном процессе система ценностных отношений к себе, другим участникам образовательного процесса, самому образовательному процессу и его результатам [46].

Среди отечественных исследователей представления о себе можно назвать работы С. Л. Рубинштейна, И. И. Чесноковой, Е. В. Шороховой, Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, А. Г. Спиркина, И. С. Кона, В. С. Мухиной, В. В. Столина и др. В зарубежной психологии этой проблемой занимались представители разных направлений: интроспективного (А. Пфендер, Т. Липпс), психоаналитического направления в теории личности (З. Фрейд, К. Хорни, А. Адлер, Г. Юнг, Э. Эриксон), гуманистического направления (А. Маслоу, Э. Фромм, К. Роджерс, В. Франкл), диспозиционного направления в теории личности (Г. Олпорт), социальной психологии (Ч. Кули, Д. Мид, М. Розенберг, Т. Шибутани), когнитивной психологии (Д. Бэм, Ф. Хайдер) и др.

Представления о себе изначально формируются под воздействием семьи, которая транслирует ребенку результаты собственного восприятия его как отдельной личности и субъекта социальных взаимодействий. В младшем школьном возрасте ребенок обретает большую свободу, исследует пространство, расширяет границы и осознает, что «Я» могу [37]. Именно в младшем школьном возрасте происходит становление и формирование тех глубинных структур, которые затем осуществляют регуляцию всех других, более сложных, психологических новообразований. От них во многом зависит дальнейшее психологическое развитие личности, возможности его личностного и социального самоопределения, самоотношения и самовосприятия, осуществление ведущей деятельности. Современные исследователи полагают, что образ «Я» и «Я-концепция» созревают к 9-10 годам, что является предпосылкой последовательности и устойчивости поведения человека. Поэтому именно в этом возрасте актуально развивать представление о себе у младшего школьника, помочь ему разобраться в себе, осознать себя частью мира, найти свое ядро. Образ «Я» у ребенка пластичный, гибкий, а также латентный и часто неосознаваемый самими детьми, что важно учитывать при развитии представления о себе, предоставлять им выбор, показывать свои возможности, помочь им раскрыть себя, а не воздействовать на них, подавляя потребности.

Кроме того, необходимо формировать позитивное устойчивое представление о себе у младшего школьника, что позволит поверить ребенка в свои возможности, в свою самостоятельность, энергичность, проявить оптимизм в ситуациях неопределенности. Дети с позитивным представлением о себе реже замыкаются в себе, чувствуют неуверенность и неудовлетворенность миром, а негативное представление о себе чаще служит поводом для психосоматических расстройств и психологических проблем, из-за чего требуется помощь психолога.

Представление о себе составляет методологическую основу решения не только многих важнейших теоретических вопросов, но и практических задач

в связи с формированием жизненной позиции личности, особенно в современном, постоянно развивающемся обществе. Актуальность нашего исследования представлений о себе связана, прежде всего, с повышенным интересом к проблеме сохранения тождественности «Я» в условиях постоянно изменяющегося мира и все более усложняющегося социального взаимодействия, вызывающих трансформации сложившихся представлений субъекта о себе и своем месте в мире. Так как в младшем школьном возрасте учебная деятельность является ведущей и реализуется на уроках, наиболее интересным видом деятельности для реализации нашей программы нам представляется использование арт-приемов в групповом консультировании, а именно фототерапии.

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально подтвердить результативность применения группового консультирования с использованием элементов арт-терапии как средства развития представления о себе младших школьников.

Объект исследования: процесс развития представления о себе младших школьников.

Предмет исследования: групповое консультирование с использованием элементов арт-терапии как средство развития представления о себе младших школьников.

Гипотеза исследования:

Гипотеза заключается в предположении о том, что психологическое консультирование будет являться эффективным средством развития представления о себе младших школьников, если:

- 1) будут проведены групповые консультации по специально организованной программе;
- 2) консультативные встречи будут направлены на развитие представлений о себе: на расширение образа Я, формирование адекватной самооценки, уверенного поведения.

3) в ходе консультативных встреч будут использованы такие приемы, как арт-терапия, фототерапия, психологические упражнения, практические задания.

Задачи исследования:

1) Провести анализ научной литературы по проблеме представления о себе младшего школьника;

2) Выделить критерии и уровни развития представления о себе, подобрать диагностический комплекс и провести исследование уровня развития представления о себе младшего школьника;

3) Подобрать задания для занятий группового консультирования младших школьников с использованием элементов арт-терапии;

4) Апробировать на практике программу занятий групповых консультаций с использованием элементов арт-терапии по развитию представления о себе младших школьников;

5) Проследить и проанализировать динамику изменений до и после формирующего эксперимента;

6) Оценить эффективность предложенной программы с помощью методов математической статистики.

В работе были применены следующие методы исследования:

Теоретические методы: анализ, синтез и обобщение научно-теоретических источников, анализ понятийно-терминологической системы исследования, обобщение практического опыта психологов.

Эмпирические методы: тестирование, опрос.

Статистические методы: качественный, количественный анализ результатов исследования, методы математической обработки данных.

База исследования:

Исследование проводилось на базе МБОУ «Ермаковской СШ № 2». В эксперименте приняли участие 38 человек, обучающиеся 3 «Б» и 3 «В» в возрасте 8-10 лет.

Теоретико-методологические основания исследования:

Идеи отечественных исследователей: Л. С. Выготского, Д. И. Дубровского, А. Н. Леонтьева, В. С. Мухиной, С. Л. Рубинштейна, И. И. Чесноковой, Е. В. Шороховой;

Теоретические представления гуманистической психологии К. Роджерса;

Исследования в области арт-терапии А. И. Копытина, Е. Е. Свистовской, О. Г. Селивановой.

Результаты исследования имеют теоретическую значимость: работа обобщает материал из областей общей и возрастной психологии, результаты, полученные в ходе исследования, станут основой для более углубленного изучения развития представления о себе младших школьников в ходе группового консультирования с использованием элементов арт-терапии.

Практическая значимость проведенного исследования заключается в разработке программы занятий группового консультирования, способствующей развитию представления о себе младших школьников. Результаты исследования могут быть использованы в консультировании педагогами-психологами.

Структура и объем диссертации:

Полный объем – 137 страниц, включая 15 рисунков, 21 таблицу и 5 приложений. Количество использованных источников – 70.

По теме исследования имеются 2 научные публикации.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СЕБЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1. Подходы к пониманию самосознания и представления о себе в психолого-педагогической литературе

Вопросы о развитии представления о себе волнуют не только многих научных исследователей, но и каждый человек рано или поздно задает себе вопрос: «Кто я?», задумывается, насколько он успешен в той или иной деятельности, какое место занимает в мире. В научной литературе понятие «представление о себе» появилось в связи с необходимостью исследования и описания глубинных психологических структур и процессов личности. Оно используется вместе с такими понятиями, как «самосознание», «самооценка», «Я-концепция», «Я», образ «Я», «картина Я», и неразрывно с ними связано.

В отечественной психологии «образ Я» рассматривался, в основном, в русле изучения самосознания. Известны общетеоретические и методологические исследования развития самосознания в контексте проблемы развития личности (Д. И. Дубровский, С. Л. Рубинштейн, И. И. Чеснокова, Е. В. Шорохова и др.), исследования взаимосвязей познания и самопознания (Н. Е. Анкудинова, Г. Я. Розен, А. Г. Спиркин и др.). «Образ Я» представляет собой набор характеристик, с помощью которых каждый человек описывает себя как индивидуальность, как существо, обладающее психологическими свойствами: характером, личностными особенностями, способностями, привычками, странностями и склонностями. Однако изменения локальных, специализированных «Я-образов», как и частных самооценок, не изменяют «Я-концепцию», составляющую ядро личности [71, с. 13-15].

Основополагающим принципом для понимания природы самосознания (сознания) личности является принцип его социальной детерминированности (предопределенности). Это положение отражено в культурно-исторической концепции психического развития Л.С. Выготского, в теории деятельности

А.Н. Леонтьева и работах С. Л. Рубинштейна. По теории Выготского, развитие мышления и других психических функций происходит в первую очередь не через их саморазвитие, а через использование ребенком "психологических орудий", путем овладения системой знаков-символов, таких как - язык, письмо, система счета. Рубинштейн и Леонтьев разрабатывали теорию параллельно и независимо друг от друга. При этом они опирались на труды Л. С. Выготского и на философскую теорию К. Маркса, поэтому в их работах много общего. Сознание может быть познано лишь через систему субъективных отношений, в том числе через деятельность субъекта, в процессе которой субъект развивается [61, с. 123-140].

Считается, что формирование личности происходит под влиянием других людей и предметной деятельности. При этом оценки других людей включаются в систему самооценок личности. Далее самосознание включает отделение субъекта от объекта, «Я» от «не-Я»; следующим элементом является обеспечение целеполагания и далее - отношение, основанное на сопоставлении, связях предметов и явлений, понимании и эмоциональных оценках, - как еще один элемент. Через деятельность человека происходит формирование сознания (самосознания), которое в дальнейшем влияет и регулирует ее. Самосознание также «выпрямляет» когнитивные компоненты «образа Я», подстраивая их к уровню высших ценностных ориентаций личности. В своем реальном поведении на человека влияют не только эти высшие соображения, но и факторы низшего порядка; особенности ситуации, спонтанные эмоциональные импульсы и т.д. Это весьма затрудняет прогнозирование поведения личности на основе ее самосознания, вызывая в некоторых случаях скептическое отношение к регулятивной функции «Я».

Как утверждал С. Л. Рубинштейн, целостному субъекту присуще осознание самого себя как существа, осознающего мир и изменяющего его в процессе его деятельности — практической и теоретической [61, с. 17-18].

По мнению Е. В. Шороховой, для возникновения самосознания необходим определенный уровень развития сознания, самосознание является высшим видом сознания. Самосознание сопровождает любые процессы сознания в специфической форме осознания, отнесенности акта сознания к моему «Я», пишет И. И. Чеснокова [71, с. 34-35].

Психолог В. С. Мухина считает структурными единицами самосознания совокупность ценностных ориентаций, которые наполняют структурные звенья самопознания:

- 1) ориентацию на признание своей внутренней психической сущности и внешних физических данных;
- 2) ориентацию на признание своего имени;
- 3) ориентацию на социальное признание;
- 4) ориентацию на физические, психические и социальные признаки определенного пола;
- 5) ориентацию на значимые ценности в прошлом, настоящем, будущем;
- 6) ориентацию на основе права в обществе;
- 7) ориентацию на долг перед людьми [49, с. 59-63].

Самосознание при этом выглядит как психологическая структура, представляющая собой единство звеньев, развивающихся по определенным закономерностям.

Результатом проведенных В. В. Столиным исследований была модель уровневого строения самосознания, основанная на учете характера активности человека. На каждом из уровней различия самосознания определены спецификой трех видов активности человека: как организма, социального индивида и личности. Таким образом, представления человека о себе можно рассматривать как элементы самоотношения, которые наполнены отношением к себе как к субъекту активности, структурированные на самочувствие, идентичность и самореализацию [66, с. 50-54].

Рассматривая самосознание, И. И. Чеснокова характеризует его как сложный психический процесс, заключающийся в восприятии личностью

многообразных «образов» самого себя в различных ситуациях деятельности и в соединении этих образов в единое целостное образование — в представление, а затем в понятие о собственном «Я». Процесс самосознания тесно связан с разнообразными представлениями человека о себе, которые в дальнейшем обобщаются в эмоционально-ценностное отношение личности к себе. Таким образом, представление человека о себе структурируется на самопознание, эмоционально-ценностное отношение к себе и саморегулирование поведения.

В зарубежной психологии представления человека о себе разрабатывались представителями разных направлений в контексте проблемы человеческого Я, Я-концепции: интроспективного (А. Пфендер, Т. Липпе), психоаналитического направления в теории личности (З. Фрейд, К. Хорни, А. Адлер, Г. Юнг, Э. Эриксон), гуманистического направления (А. Маслоу, Э. Фромм, К. Роджерс, В. Франкл), диспозиционного направления в теории личности (Г. Олпорт), социальной психологии (Ч. Кули, Д. Мид, М. Розенберг, Т. Шибутани), когнитивной психологии (Д. Бэм, Ф. Хайдер) и др [59].

Психология «Я-концепции» как одна из социально-психологических схем личности в теоретико-концептуальном плане в целом опирается на положения феноменологического подхода или гуманистической психологии, символического интеракционизма и в незначительной степени психоанализа. «Я-концепция» — это сложный составной образ, или картина, включающая в себя совокупность представлений личности о себе самой вместе с эмоционально-оценочными компонентами этих представлений. «Я-концепция» личности формируется в процессе жизни человека на основе взаимодействий со своим психологическим окружением и реализует мотивационно-регуляторную функцию в поведении личности [1].

Основоположником изучения «образа Я» принято считать У. Джемса. В теории У. Джемса закладывается первый психологический конструкт описания сферы самосознания личности. Изучая функции сознания и

самосознания, У. Джемс также отметил их адаптивную роль в деятельности человека, выделив «Я» осознающее («I») и «Я» как объект («Me»), указав при этом на нераздельность общего пространства самосознания личности — «Я» интегративное («Self») [1].

В концепции Э. Эриксона развитие «Эго-идентичности» во многом схоже с отечественными исследованиями особенностей становления самосознания. При этом «Эго» как инстанция собственно самосознания видится Эриксоном как автономное динамическое образование, обеспечивающее продуктивную взаимосвязь человека с физическим и социальным окружением.

В первых десятилетиях XX века в социологии образ «Я» изучали Ч. Х. Кули и Дж. Г. Мид. Авторы развили теорию «зеркального Я» и поставили в основу своей позиции тезис о том, что именно общество определяет как развитие, так и содержание образа «Я». Развитие образа «Я» происходит на основе двух типов сенсорных сигналов: непосредственного восприятия и последовательных реакций людей, с которыми человек себя идентифицирует. При этом центральной функцией «Я-концепции» является идентичность как генерализованная позиция в обществе, происходящая из статуса индивида в группах, членом которых он является.

В рамках когнитивной психологии образ «Я» относится к процессам («Я-процессы»), характеризующим самопознание личности. Целостность «Я-концепции» при этом отрицается, поскольку считается, что человек обладает множественными концепциями «Я» и процессами самоконтроля, которые могут изменяться в разные моменты времени от ситуации к ситуации. В структуре «Я» представителями этого направления, в частности Х. Маркус, выделяются «Я - схемы» - когнитивные структуры, обобщения относительно себя, сделанные на основе прошлого опыта, которые направляют и упорядочивают процесс переработки информации, связанной с «Я».

Другой подход к изучению «Я» предлагается психоаналитической школой зарубежной психологии. В частности, З. Фрейд рассматривал образ

«Я» в тесном единстве с телесными переживаниями и указывал на значимость социальных связей и взаимодействия с другими людьми в психическом развитии человека, выводя при этом все психические акты из биологической природы тела.

В концепции К. Хорни разделяется «актуальное», или «эмпирическое Я» - от «идеализированного Я», с одной стороны, и от «реального Я» - с другой. У К. Юнга процесс самосознания представляется как важное условие индивидуализации личности. Самосознание личности направлено на постижение внутренней душевной жизни в движении к «самости».

Согласно А. Маслоу проблема самосознания непосредственно связана с его концепцией о самоактуализации. Самоактуализация как стремление человека стать тем, кем он способен стать, выступает у Маслоу в качестве одной из базовых потребностей человека, высшей в пирамиде потребностей начиная от физиологических потребностей, потребности в безопасности, потребности в любви, социальной принадлежности и уважении. В этой связи развитие самосознания обусловлено характером и способом удовлетворения потребностей, а также динамикой продвижения человека по шкале потребностей [41, с. 79-81].

Феноменологический подход к поведению (гуманистическая психология), в котором теория «Я-концепции» стала связующим интегративным принципом, интерпретирует поведение на языке феноменального поля субъекта как субъективно воспринимаемой и осознаваемой реальности индивида (К. Левин), а не на языке аналитических категорий, конструируемых внешним наблюдателем. Мы в своей работе будем опираться именно на гуманистическую психологию, представителем которой был К. Роджерс. Фундаментальное понятие теории Роджерса – "Я-концепция", или "Самость", определяемая как гештальт, состоящий из восприятия себя и своих взаимоотношений с др. людьми, а также из ценностей "Я". Я-концепция включает не только восприятие себя реального, но также и представление о себе таком, каким бы человек хотел быть (Я-

идеальное). Несмотря на то, что "Я" человека постоянно меняется в результате опыта, оно всегда сохраняет качества целостного гештальта, т.е. представление человека о себе самом остается относительно постоянным [20:6]. Таким образом, представление о себе - это относительно устойчивая, в большей или меньшей степени осознаваемая система представлений индивида о самом себе, на основе которой он относится к самому себе и строит свое взаимодействие с другими людьми [59].

В целом теория «Я-концепции», разработанная в рамках феноменологического подхода, сводится к следующим положениям:

1. Поведение является продуктом восприятия индивида, которое по своей природе феноменологично: психологическая реальность индивида — это не объективная реальность как таковая, а продукт его субъективного восприятия в момент поведения.

2. Центральной, интегрирующей точкой феноменального поля индивида является «Я-концепция», вокруг которой организуются все образы восприятия.

3. «Я-концепция» — это одновременно и продукт восприятия, и совокупность представлений, в которой содержатся ценности, привнесенные из социокультурной среды.

4. С формированием «Я-концепции» поведение в целом начинает регулироваться ею.

5. «Я-концепция» относительно согласована во времени и ситуативных контекстах, в этом состоит ее прогностическая ценность.

6. Потребность в положительном отношении других людей возникает параллельно с формированием «Я-концепции». Потребность в своем положительном отношении к себе (потребность в положительной самооценке) возникает через усвоение опыта положительной оценки себя другими людьми.

7. Для снятия расхождений между данными текущего жизненного опыта, и «Я-концепцией» используются различные защитные стратегии.

8. Существует одно главное мотивационное побуждение человека — потребность в самоактуализации, в поддержании и повышении ценности своей «Я-концепции».

Центральное место в трудах К. Роджерса занимают вопросы развития самосознания человека, задачи личностного самоопределения в социальном окружении [59]. В результате образуется Я-концепция человека как система самовосприятий, основывающаяся на прошлом опыте, данных настоящего, ожиданиях будущего и выступающая важной детерминантой реакций индивида на его окружение. Именно Я-концепция, а не «реальное Я», имеет, по мнению Роджерса, определяющее значение для личности и ее поведения. Она занимает центральное положение в феноменальном поле опыта.

Основные положения теории К. Роджерса (клиент центрированная терапия) представлены следующим образом:

1. Сущность феноменалистической теории личностного «Я», представляет собой часть общей теории личности и заключается в том, что человек в большей степени живет в своем индивидуальном и субъективном мире.

2. «Я-концепция» возникает на основе взаимодействия с окружающей средой, наибольшее влияние оказывает социальная среда.

3. «Я-концепция» — это система самовосприятий. Именно «Я-концепция», а не некое реальное «Я», имеет определенное значение для личности и ее поведения.

4. «Я-концепция» выступает как наиболее важная детерминанта ответных реакций на происходящее вокруг индивида. «Я-концепция» предопределяет восприятие значений, приписываемых окружению индивида.

5. Вместе с «Я-концепцией» развивается потребность в позитивном отношении со стороны окружающих, независимо от того, является ли данная потребность приобретенной или врожденной.

6. Потребность в позитивном отношении к себе, или потребность в самоуважении, развивается на основе интернализации позитивного отношения к себе со стороны других.

7. Поскольку позитивное отношение к себе зависит от того, как индивид оценивается другими, может возникнуть разрыв между реальным опытом индивида и его потребностью в позитивном отношении к себе. Так возникает рассогласование между «Я» и реальным опытом, т.е. развивается психологическая дезадаптация.

8. Человеческий организм представляет собой единое целое. Подобно представителям организмических теорий, К.Р. Роджерс приписывает ему лишь один внутренний мотив – диалектический и самопроизвольный, а именно тенденцию к самоактуализации.

9. Развитие «Я-концепции» – это не просто процесс накапливания данных опыта, условных реакций и навязанных другими представлений. «Я-концепция» представляет собой определенную систему. К.Р. Роджерс использует понятие «Я-концепция» для обозначения восприятия человеком самого себя. При дальнейшем развитии своей теории К.Р. Роджерс придает этому понятию другой смысл, понимая под «Я-концепцией» механизм, контролирующий и интегрирующий поведение индивида. Но «Я-концепция» оказывает влияние скорее на выбор им направления своей активности, нежели непосредственно направляет эту активность.

10. При рассмотрении понятия идеального «Я», К.Р. Роджерс полагает, что благодаря психотерапевтическому воздействию восприятие идеального «Я» становится более реалистичным, и «Я» начинает больше гармонизировать с идеалом. Первой причиной личностных нарушений является не конфликт между «Я-концепцией» и собственным идеалом, а конфликт между «Я-концепцией» и непосредственным, «организмическим» опытом индивида. Главная проблема в подходе К.Р. Роджерса к пониманию «Я-концепции» связана с использованием индивидом механизмов психологической защиты, необходимых для того, чтобы преодолеть диссонанс между

непосредственным его опытом и «Я-концепцией». Поведение является попыткой достичь согласованности «Я-концепции» [56].

Таким образом, исследователи по-разному структурируют представления человека о себе, мы будем придерживаться теории К.Р. Роджерса, и следующего определения: представление о себе – это относительно устойчивая, в большей или меньшей степени осознаваемая система представлений индивида о самом себе, на основе которой он относится к самому себе и строит свое взаимодействие с другими людьми [59].

1.2. Особенности представления о себе в младшем школьном возрасте

Новая социальная роль, в которую вступают младшие школьники, предполагает проявление активной позиции в учебном процессе, что подготавливает его к самосовершенствованию, развитию самостоятельности и делает субъектом обучения. Именно в этом возрасте ведущей деятельностью становится учебная, начинается перестройка всей системы отношений ребенка, требуются умения выстроить отношения с окружающими, войти в роль ученика, оценить свои способности. Для этого необходим определенный уровень развития представления о себе [53, с. 46-50]. Кроме того, для успешного целостного развития личности необходимо сформировать позитивное представление о себе. К.И. Ховлэнд подчеркивает, что именно в младшем школьном возрасте Я-концепция обладает наибольшей пластичностью, эта структура личности еще не сформирована, поэтому целесообразно помочь ребенку на этом этапе, даже если она начала формироваться в негативном направлении [56].

Формирование представления о себе начинается в раннем возрасте. Согласно теории М. Эриксона, такое формирование происходит в пять этапов:

1. Первая стадия – период от рождения до 18 месяцев, в который происходит заложение основы развития личности. В этот период ребенок должен приобретать чувство доверия к окружающему его миру, что будет служить основой при формировании позитивного самоощущения.

2. Второй стадией развития, является период от полутора до трех-четырёх лет. В этом возрасте ребенок начинает осознавать свою индивидуальность и воспринимать самого себя как активный субъект.

3. Третья стадия развития начинается примерно в возрасте четырех лет. К этому моменту у ребенка появляются первые представления о том, каким человеком он может стать. Одновременно, в этот период ребенок определяет сам для себя границы дозволенного.

4. Четвертая стадия – это школьные годы, которые интересуют нас в данном исследовании больше остальных. В этот период ребенок старается завоевать признание со стороны окружающих и заслужить их одобрение, осуществляя различную продуктивную деятельность.

5. И, наконец, пятую стадию, на которой формируется чувство идентичности, составляет юность [56].

Следует отметить, что поменять сложившийся образ «Я» очень сложно. Обычно дети школьного возраста пытаются сохранить уже сложившиеся представления о себе, поскольку так привычнее, понятнее, спокойнее, даже если не очень приемлемо и принято. У ребенка вырабатываются некоторые защитные механизмы, с помощью которых он старается поддержать и сохранить определенное постоянство взглядов на себя, стремится сохранить своё лицо. Таких защитных форм поведения, на самом деле, очень много. Например, ученик стремится избегать общения с учителем, от которого он чаще получает негативные оценки. Еще одна очень яркая форма поведения – демонстрация ложного безразличия к отрицательным оценкам окружающих, совершение необдуманных поступков, лишь бы сохранить сложившееся представление о себе и др. Чаще всего при объяснении своих успехов и неудач в деятельности срабатывают защитные механизмы. Обычно, при

искаженной «Я-концепции», свои неудачи школьник объясняет внешними причинами, такими как настроение учителя, помехи со стороны одноклассников и др. Обычно это приводит к чувству несправедливости, злости и гнева. Другой ход событий – причина неудачи связывается с внутренними особенностями, тогда появляются переживание, чувства стыда, вины, неполноценности. Чтобы понять, как педагог может помочь ребенку сформировать позитивную «Я-концепцию», необходимо выяснить особенности формирования Я-концепции у младших школьников.

Можно выделить следующие основные моменты в деятельности педагога по формированию позитивной «Я-концепции»:

- 1) педагог должен хорошо знать возможности ребенка, его позитивные и негативные стороны, его представление о самом себе;
- 2) педагог должен создать условия для успеха и, прежде всего, в тех видах деятельности, где успех более вероятен;
- 3) должны быть созданы благожелательная обстановка и доверительное отношение к ребенку в его окружении;
- 4) нужно сообщать воспитаннику об его успехах через референтных лиц и значимого окружения;
- 5) демонстрировать искреннюю веру в его возможности;
- 6) опираться на позитивное начало в личности.

У некоторых детей, при формировании «Я», «идеальное Я» и «реальное Я» практически не отличаются друг от друга. У других, «идеальное Я» является целью, которой он должен идти, иногда моделью «идеального Я» может служить человек, которым он восхищается или какая-то фантазия. Йоргенсен и Хауэлл выяснили, что разрыв между «идеальным Я» и «реальным Я» усиливается в период от восьми до тринадцати лет. Если расхождение между «реальным Я» и «идеальным Я» сильное, то это уже считается признаком невротизма и неадаптивности. Однако, наблюдаемое с возрастом углубление расхождения «идеального Я» и «реального Я» можно рассматривать и как неизбежное следствие нормального когнитивного

развития, в частности формирования у ребенка способности видеть возможные пути развития своей личности и реалистически признавать имеющиеся недостатки. Чтобы понять, как педагог может помочь ребенку сформировать позитивное представление о себе, необходимо выяснить, как оно формируется у детей младшего школьного возраста.

Формирование представления о себе человека происходит постепенно, на протяжении всей его жизни и зависит от множества факторов. Но основы закладываются еще в раннем детстве. Младший школьный возраст - очень важный период жизни, т.к. ребенок начинает осознавать себя взрослым, самостоятельным человеком, он уже не маленький дошколенок, а вполне большой школьник, по собственному мнению. На данном этапе происходит множество изменений и физических, и моральных, и эмоциональных. У ребенка расширяется круг общения, значит, увеличивается количество людей, от мнения которых он зависит. Соответственно, внутренний мир и самооценка могут пошатнуться, если окружение будет воспринимать его как-то иначе, чем раньше. Все теории развития представления о себе опираются на особенности, конкретного возрастного периода, однако два условия, несомненно, проходят через весь процесс развития «Я-концепции» независимо от возраста. Это роль семьи и роль значимых других [9, с. 78]. Формирование начинается с раннего детства. В этот период у ребенка закладываются основы успешности и ценности самого себя. Если в этот момент ребёнок чувствует, что его любят, принимают, что он желанный, то у него складывается, соответственно, позитивная самооценка. Наиболее важным фактором развития на данном этапе являются взаимоотношения в семье между ребенком и родителями.

В своих трудах Р. Бернс указывает, что на формирование представления о себе оказывают влияние многие факторы семейной среды: наличие или отсутствие братьев и сестер, каким по счету появился ребенок в семье, стиль воспитания, сложившийся в семье, социальный статус родителей и другие [9, с. 90]. Влияние семьи имеет такое большое значение

потому, что именно здесь ребенок получает первую информацию о себе, помимо этого, ребенок в детском возрасте зависит от родителей и, следовательно, их воздействие существенно усиливается [57].

Под термином «значимые другие» понимаются люди, которые важны или значимы для ребенка вследствие того, что он чувствует их способность оказывать непосредственное влияние на его жизнь [9, с. 93]. В раннем детстве наиболее «значимыми другими» для ребенка являются родители. В начальной школе к ним присоединяются учителя и группа сверстников. В поисках образа «Я» ребенок выбирает «значимого другого» и высоко ценит созданное им изображение своего «Я». Точность этого образа зависит от индивидуальных особенностей «значимого другого». Одобрение «значимого другого» дает ребенку создание позитивного образа «Я», в то время как постоянное порицание способствует возникновению у него заниженной самооценки. В обоих случаях, образ, созданный при помощи «значимых других» становится важным источником психологического опыта, необходимого для формирования «Я-концепции» [9, с. 101]. Другими словами, если ребенка все время ругать за его проступки, говорить ему какой он плохой и ничего не может, то у него в итоге сложится негативная самооценка и ребенок, на самом деле, не сможет сделать что-то, что от него требуется, вследствие чего, будет убеждаться в своей неспособности. И, наоборот, если подбадривать, хвалить ребенка за его, пусть даже маленькие победы, будет формироваться позитивное представление о себе, в результате чего ребенок поверит в свои способности и сможет выполнять сложные действия и трудные задания, подкрепляя свою уверенность в самом себе. По сути, чтобы у ребенка сформировалась позитивная «Я-концепция», нам надо, чтобы у него получались начатые дела, за которые его будут хвалить. Границы младшего школьного возраста, которые совпадают с периодом обучения в начальной школе, устанавливаются в период с 6-7 до 9-10 лет. Это важный период в жизни ребенка. Именно в этот момент происходит дальнейшее физическое и психофизическое развитие ребенка, которое

обеспечивает возможность систематического обучения в школе. Младший школьный возраст является наиболее ответственным этапом всего школьного периода. Основная задача взрослых в работе с детьми младшего школьного возраста – создание таких условий, в которых будет возможность раскрыться и реализовать потенциал каждого ребенка с учетом его индивидуальности [27:57]. Начало обучения в школе ведет изменению социальной ситуации развития ребенка в корне. Теперь он становится «общественным» субъектом, что присваивает ему социально значимые обязанности, выполнение которых дает ему оценку со стороны общества. На протяжении всего младшего школьного возраста начинает складываться новый тип отношений с людьми, окружающими его. К концу этого периода безоговорочный авторитет взрослого постепенно утрачивается и все большее значение для ребенка начинают приобретать сверстники, таким образом, роль детского сообщества возрастает [27:52].

1.3. Использование арт-приемов в групповом консультировании как средства развития представления о себе

Виды психологического консультирования различаются по формам их организации. В зависимости от того, работают ли психологи с отдельными людьми или группами, выделяют индивидуальное и групповое консультирование.

Согласно Дж. Кори, у группового консультирования существуют следующие преимущества перед индивидуальными формами консультирования [36, с. 20-21]:

- участники группы могут исследовать свой стиль отношений с другими людьми и приобрести более эффективные социальные навыки;
- члены группы могут обсуждать своё восприятие друг друга и получать обратную связь о том, как их воспринимает группа, и отдельные её участники;

– консультативные группы, как правило, предлагают своим участникам понимание и поддержку, что усиливает готовность членов группы исследовать и разрешать проблемы, с которыми они пришли в группу.

– возможно создание как индивидуальных работ в группе, так и создание общей композиции, где каждый участник вкладывает в эту работу что-то свое.

Групповое консультирование позволяет всем создать условия доброжелательной атмосферы, располагающей к раскрытию себя, выражению своих чувств и переживаний, способствовать проявлению понимания и поддержки, преодолеть неуверенность в себе, почувствовать себя частью одного целого, осознать свои успехи по сравнению с другими, иметь наиболее расширенное представление о себе с учетом деятельности всей группы. При групповой работе с детьми можно использовать особые приемы вербальной и невербальной обратной связи, включая адаптированные к особенностям детской психики интерпретации. Так, например, в ходе работы с группой ведущий может комментировать действия участников занятий. Такие комментарии могут включать не только «отзеркаливания», но и использование простейших пояснений того, почему ребенок это делает, или какие переживания он при этом может испытывать. Использовать этот прием психотерапевт должен, однако, с большой осторожностью, чтобы не навязать детям собственных чувств.

В настоящее время метод арт-терапии получает все большее распространение как самостоятельное направление в психотерапии. Арт-терапию можно отнести к наиболее древним и естественным формам коррекции эмоциональных состояний, которым многие люди пользуются самостоятельно — чтобы снять накопленное психическое напряжение, успокоиться, сосредоточиться. Арт-терапия не имеет ограничений и противопоказаний, всегда ресурсна и используется практически во всех направлениях психотерапии, в педагогике, в социальной работе и бизнесе. Любой человек способен выразить себя, свои чувства и свое состояние

мелодией, звуком, движением, рисунком. Обобщая, можно сказать, что арт-терапия — это метод лечения посредством художественного творчества [35].

В работе с детьми очень важно использовать гибкие формы психотерапевтической работы. Арт-терапия предоставляет ребенку возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию, какую-либо проблему наиболее удобным для психики ребенка способом. Арт-терапевтические методики позволяют погружаться в проблему на столько, насколько человек готов к ее переживанию. Сам ребенок, как правило, даже не осознает то, что с ним происходит. Арт-терапия — это специализированная форма психотерапии, основанная на искусстве, в первую очередь изобразительной и творческой деятельности. Первоначально арт-терапия возникла в контексте теоретических идей З. Фрейда и К.Г. Юнга, а в дальнейшем приобретала более широкую концептуальную базу, включая гуманистические модели развития личности К. Роджерса и А. Маслоу [32:20].

Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Одной из самых эффективных является техника активного воображения, направленная на то, чтобы столкнуть лицом к лицу сознательное и бессознательное и примирить и между собой посредством эффективного взаимодействия [42].

Виды арт-терапии: анимационная терапия, артсинтезтерапия, библиотерапия, видеотерапия, драматерапия, игротерапия, изотерапия, маскотерапия, музыкотерапия, оригами, песочная терапия, работа с глиной, сказкотерапия, цветотерапия, фототерапия [34, с. 12-13]. Одним из его новых направлений стала фототерапия. На сегодняшний день фототерапия объединяет в себе те формы работы, которые применяются с целью решения психологических проблем и предполагают создание, восприятие и обсуждение фотографических образов. Психолог арт-терапевт А. И. Копытин пишет, что «Фототерапией называют лечебно-коррекционное применение фотографии, ее использование для решения психологических проблем, а

также развития и гармонизации личности». Она может предполагать как работу с готовыми фотографиями, так и создание оригинальных авторских снимков. Основным содержанием фототерапии, таким образом, является создание и восприятие клиентом фотографических образов, дополняемое их обсуждением и разными видами творческой деятельности. Это может быть сочинение историй, применение дополнительных изобразительных техник и приемов (рисование, коллажирование, инсталлирование готовых снимков в пространство), изготовление из фотографий фигур и последующая игра с ними, сценическое представление и работа с костюмами и гримом, движение и танец, художественные описания и т. д.». [34: с. 3-5].

Сам процесс фототерапии приносит удовольствие, обучает выражению своих переживаний как можно более спонтанно и произвольно. Поэтому такая терапия с особым успехом используется при работе с детьми. Особый интерес вызывает фототерапия как непривычный способ осознания того, что мы делаем практически каждый день – фотографируем себя, других, смотрим фотографии, редактируем, выкладываем их в сеть, ждем комментариев и лайков или сами их оставляем. Результаты работы можно унести с собой, запечатлеть, и в дальнейшем снова анализировать процесс терапии, показывать своим родственникам и знакомым, при возможности даже обучить их тому, что научились сами [34, с. 73-79].

Поскольку абстрактное мышление у детей развито слабо, арт-терапевт комментирует их действия и фотографии как можно проще и конкретнее. С учетом недостаточной способности детей к саморефлексии арт-терапевт избегает психологических определений. При использовании интерпретаций арт-терапевт также может пользоваться метафорами. Ценность адаптированных к особенностям детского восприятия интерпретаций заключается в том, что они ведут к развитию у детей способности к пониманию и словесному выражению своих чувств и потребностей, осознанию мотивов своих поступков и их воздействия на окружающих. Именно поэтому арт-терапия с многообразием всех ее методов, среди

которых и фототерапия, актуальна в нашей работе над формированием представления о себе. Используемые арт-терапевтом в ходе его работы с ребенком приемы вербальной и невербальной обратной связи могут включать активное наблюдение, переформулировку его высказываний, селективные вопросы, констатацию отраженных в фотографии, поступках и мимике чувств, сообщение арт-терапевту о своих чувствах и ассоциация, ограничивающие воздействия и другие приемы.

Сутью процесса фототерапии является выражение посредством фотографических образов внутренних конфликтов, потребностей и переживаний клиента. Благодаря фотографии он может их словесно описать и осознать, а также изменить свое отношение к ним. В процессе создания и обсуждения фотографий в человеке оживляются как осознаваемые, так и неосознаваемые потребности и переживания, связанные с психическими травмами и незавершенными ситуациями прошлого. Выражение травматического опыта и завершение прошлых ситуаций в психотерапевтических отношениях или групповой работе является основой для психологических изменений [34:6].

Фотография тесно связана с саморепрезентацией. Человек в определенном образе представляет себя реальной или воображаемой аудитории. В итоге в момент фотографирования позирующие как бы разыгрывают некий мини-спектакль, имеющий огромное значение, как для участников, так и для зрителей. Для того чтобы создание и обсуждение снимков имело психотерапевтическую направленность, необходимо взаимодействие между клиентом и арт-терапевтом, который не только вовлекает клиента в процесс фотографирования и стимулирует иные виды его творческой активности (художественные описания, изобразительную деятельность и т. д.), но и побуждает к описанию своих чувств и поиску смысла созданных им либо готовых фотографических образов. Принципиально важно, что арт-терапевт изначально создает для клиента безопасную среду, в которой тот может позволить себе быть спонтанным,

свободно выражать свои чувства, мысли и фантазии, играть с реальностью и экспериментировать с новыми формами опыта.

В основном, эстетические стандарты не имеют в фототерапии особого значения. Психолог, не обучает группу технике фотографии. Фототерапия фокусируется на исследовании уникальной жизненной истории ребенка, его потребностей и системы отношений. Она ориентирована на выражение различных содержаний внутреннего мира и достижение благодаря этому изменений в структуре его опыта, установках и взглядах на себя и окружающий мир. Таким образом, цель фототерапии — не обучение клиента, но восстановление и укрепление его здоровья и улучшение качества жизни [32: 55].

Искусство фотографии само по себе многогранно, однако, в любом случае в его основе лежит создание художественных образов. Это позволяет рассматривать фотографию как одну из форм визуального искусства, хотя, в отличие от живописи, графики или скульптуры, фотография невозможна без определенных технических средств. Таким образом, она является технизированным видом изобразительного искусства. С одной стороны, это делает ее более сложной для освоения и в каком-то смысле ограничивает спонтанность и творческую свободу. С другой стороны, это предполагает дополнительные возможности для творческого самовыражения, связанные, в частности, с возможностью тиражирования снимков, варьирования их формата и цветности, создания особых визуальных эффектов, а с развитием цифровой фотографии — трансформации и корректировки образов.

Фотографию также можно рассматривать как игру. Она действительно позволяет «играть» с реальностью и ее зримыми отображениями — выбирать то, что для художника наиболее интересно и важно, творчески комбинировать разные элементы реальности друг с другом и даже создавать иную, фантастическую реальность. В фотографии может происходить соприкосновение и соединение реальности и фантазии, благодаря чему снимок становится своеобразным «транзитным объектом», инструментом

наглядно-действенного освоения художником мира и собственной внутренней реальности. Благодаря своим игровым возможностям фотография может приносить удивительное ощущение свободы. По своей природе фотография социальна: она связана с контактами между людьми и передачей значимых для них чувств и представлений. Ее можно рассматривать как своего рода ритуал, обеспечивающий социализацию и формирование идентичности, включение в разные группы людей с характерной для них системой ценностей, а также ролевое развитие и трансформацию. Все это обуславливает тесную связь фотографии [34: с. 4-8].

Реализация арт-технологии происходит в несколько этапов:

1. Психолог выбирает технику, которую он будет использовать, основываясь на том, какой цели он хочет достигнуть.

2. Если проведение занятия требует определённых материалов, классу об этом объявляется заранее. На самом занятии психолог объясняет детям, какая цель и задача перед ними стоят, что и как они должны для этого использовать и делать. Он объясняет логику проведения занятия и роль каждого ученика в нём.

3. На этапе реализации дети выполняют задание. Психолог контролирует процесс, отвечает на текущие вопросы. Важно не исправлять детей, как правильно рисовать или создавать коллаж. Только расслабившись, школьник сможет полностью выразить себя в зрительный образ. В конце все демонстрируют полученные результаты (по желанию).

4. Заключительным моментом является интерпретация и анализ продуктов творчества. При этом нельзя давать негативные оценки и суждения. При желании ученик может сам рассказать о своей работе, дать ей интерпретацию. К любому полученному результату необходимо отнестись с уважением, поскольку они выражают и задевают личный уровень [35, с. 88-92].

Выводы по главе 1

Исходя из накопленного в психологической литературе опыта, сформулируем положения, на котором основывается наше исследование.

На сегодняшний день самосознание - одна из центральных проблем философии, психологии и некоторых других гуманитарных наук. В младшем школьном возрасте ведущей формой самосознания является представление о себе.

В изучении феномена представления о себе можно выделить несколько основных подходов к трактовке и определению природы самосознания, которые имеются в современной психологии: культурно-историческая концепция психического развития, деятельностный подход, психоаналитическое направление в теории личности, гуманистическая психология.

Психолого-педагогическое понимание представления о себе предполагает определение данного понятия как относительно устойчивого, в большей или меньшей степени осознаваемого результата самосознания индивида, включающего познания и оценки самого себя через отдельные «Я» - образы в условиях различных ситуаций.

Ведущим подходом к пониманию психологической природы представления о себе выступает гуманистическая психология, в которой теория представления о себе стала связующим интегративным принципом, включающим когнитивный, оценочный и поведенческий компоненты.

Анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования показал, что представление о себе происходит постепенно, на протяжении всей его жизни и зависит от множества факторов, младший школьный возраст – наиболее сензитивный, переломный в развитии личности индивида. Кризис семи лет связан с тем, что в личности ребенка появляется новое центральное системное образование – «внутренняя позиция». В возрасте семи лет дети подходят к осознанию своего социального Я. Они уже

воспринимают и переживают себя в качестве социального индивида. Этот новый уровень самосознания.

Существует много способов развития представления о себе, среди которых можно выделить групповое консультирование на основе арт-терапии. Арт-терапия не имеет ограничений и противопоказаний, всегда ресурсна и предоставляет ребенку возможность проигрывать, переживать, осознавать себя.

ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СЕБЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ГРУППОВОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

2.1. Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента

Целью нашего исследования является выявление уровня сформированности представлений о себе в младшем школьном возрасте, особое внимание мы уделяем становлению каждого из компонентов самосознания, роли в формировании в будущем целостной «Я – концепции».

Экспериментальная работа велась поэтапно. На первом этапе изучалась психолого-педагогическая литература по проблеме исследования, были выделены критерии представления о себе: образ «Я» как способность индивида рассуждать о самом себе, о своем теле, о своих характерных чертах, отличающих его от других, о своих социальных отношениях; самооценка, которая проявляется в личностном суждении о собственной ценности и выражается в установках, свойственных индивиду; принятие себя через проявление определенного стиля поведения и механизмом поведенческих реакций. На втором этапе была проведена экспериментальная работа по изучению актуального уровня развития представления о себе младших школьников.

Эксперимент проводился с 13 по 31 января 2020 года на базе МБОУ «Ермаковская СШ № 2», в нем приняли участие 38 обучающихся в возрасте 8-10 лет, 19 из которых – обучающиеся 2 «Б» класса, 19 – 2 «В». Перед проведением констатирующего эксперимента родители подписали согласие на психологическую работу и разрешение на фотографирование детей.

На основе проведенного нами ранее теоретического анализа сущности, форм и особенностей развития представления о себе младших школьников, мы выделяем в структуре представления о себе следующие содержательные компоненты:

1. Когнитивный компонент представления о себе (образ «Я»). Проявляется в способности индивида рассуждать о самом себе, о своем теле, о своих характерных чертах, отличающих его от других, о своих социальных отношениях. Характеризуется осознанными личностными качествами, высказываниями, которыми человек себя описывает (например, «Я-красивая», «Я-успешный», «Я-активная»).

2. Оценочный компонент представления о себе (самооценка). Личностное суждение о собственной ценности, которое выражается в установках, свойственных индивиду. Отношение индивида к своим характеристикам, самооценка, собственное мнение о себе, независимое и непоколебимое от мнения окружающих, но изменяющееся от событий и достижений или неудач. Проявляется в соотношении между двумя структурами личности: "Я-реальное" и "Я-идеальное" [8, с. 63], то есть представлении личности о своих качествах и свойствах в соотношении к реальному уровню их развития. В зависимости от качества этого отношения изменяется самооценка человека:

- Заниженная оценка личностью себя - большая разница между представлениями о том, кто я есть на самом деле, и каким я должен быть в идеале.
- Адекватная самооценка - нормальное соотношение между "Я-реальным" и "Я-идеальным".
- Завышенная - практически нет различия между двумя вышеупомянутыми структурами личности.

3. Поведенческий компонент представления о себе (принятие себя). Проявления когнитивного и оценочного компонентов в поведении (в т. ч. в речи, в высказываниях о себе, в деятельности, отношениях). Они направлены на подтверждение своих представлений о самом себе. Характеризуется формированием определенного стиля поведения и механизмом поведенческих реакций, включенностью в социальную среду.

Для определения качественного уровня развития представления о себе младших школьников нами были выделены критерии, содержательные характеристики которых представлены в таблице 1.

Таблица 1

Критерии и уровни развития представлений о себе младших школьников

Компонент	Критерий	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Методики
Когнитивный компонент	Образ «Я»	Позитивно содержательно описывает самого себя, большое количество самоописаний, описания отражают внутренние качества личности, отсутствуют малоинформативные высказывания.	Частично, фрагментарно описывает, или не всегда позитивно самого себя, достаточное количество самоописаний, описание преимущественно своих внешних качеств, наличие малоинформативных высказываний.	Негативно, малосодержательно или вообще не описывает самого себя, преобладание самоописаний внешних качеств, преимущественно малоинформативные высказывания.	1. Методика 20 ответов «Кто Я?» М. Куна и Т. Макпартленда в модификации Т. В. Румянцевой 2. методика Р. Р. Калининой «Сюжетные картинки».
Оценочный компонент	Самооценка	Адекватная стабильная самооценка, наличие рефлексивных описаний.	Тенденция к завышенной или заниженной самооценке.	Неадекватная или неустойчивая самооценка.	1. Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан; 2. Методика "Лесенка" (составитель В. Г. Щур)
Поведенческий компонент	Принятие себя	Полное принятие себя, соответствие установок и	Частичное принятие себя, несоответствие установок и	Непринятие себя, несоответствие установок и поведения.	1. Методика «Нарисуй себя» А.М. Прихожан и З.

		поведения.	поведения.		Василяускайте
--	--	------------	------------	--	---------------

Оценивание исходного уровня развития представлений о себе младших школьников осуществлялось по трёхбалльной системе в соответствии с выбранными критериями. 3 балла – высокий уровень: позитивное отношение к себе, положительное самописание, самоуважение, стабильная адекватная самооценка, принятие себя, ощущение собственной ценности, соответствие установок и поведения, рефлексии; 2 балла – средний уровень: частично выраженное проявление одного, двух из факторов позитивного представления о себе, самоуважения, принятия себя, самооценности, тенденция к занижению или завышению самооценки, рефлексии; 1 балл – низкий уровень: негативное отношение к себе, неприятие себя, неадекватная самооценка, ощущение своей неполноценности, отсутствие рефлексии [8: 37].

На основе проведенного теоретического анализа, представленного в первой главе, с учетом темы исследования были подобраны следующие методики, краткий анализ которых представлен ниже.

1. Тест «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленд в модификации Т. В. Румянцевой [73, с. 82-103].

Тест используется для изучения содержательных характеристик идентичности личности. Вопрос «Кто Я?» напрямую связан с характеристиками собственного восприятия человеком самого себя, то есть с его образом «Я». В течение 12 минут детям нужно дать как можно больше ответов на вопрос: «Кто Я?». Важно проговорить, что дети могут отвечать так, как хочется, записывать все ответы, которые приходят в голову, так как в этом задании нет правильных или неправильных ответов. При этом стараться запоминать, какие эмоции возникают в ходе выполнения задания, насколько трудно или легко было отвечать на вопрос.

После качественного заполнения бланка необходимо заполнить количественные характеристики: пронумеровать все ответы и каждый ответ оценить по четырехзначной системе:

«+» – знак «плюс» ставится, если в целом данная характеристика нравится;

«-» – знак «минус»- если в целом данная характеристика не нравится;

«±» – знак «плюс-минус» – если данная характеристика нравится, и не нравится одновременно;

«?» – знак «вопроса» – если не знают, что поставить.

После этого подвести итог: сколько всего получилось ответов, сколько ответов каждого знака. Высокий уровень – 12-15 содержательных высказываний, наличие высказываний не только внешних характеристик, но и внутренних качеств; средний уровень – 8-12 высказываний, большинство высказываний касаются внешних качеств, низкий уровень – меньше 8 высказываний.

2. Методика Р. Р. Калининой «Сюжетные картинки» [45:35].

Методика выявляет когнитивный аспект, то есть знание моральных норм и эмоциональное отношение к ним.

Описание методики: ребенку показывают картинки с изображением положительных и отрицательных поступков сверстников (приложение Г, рисунок 13).

Инструкция: «Разложи картинки так, чтобы с одной стороны лежали те, на которых нарисованы хорошие поступки, а с другой - плохие. Раскладывай и объясняй, куда ты положишь каждую картинку и почему».

Обработка результатов.

Низкий уровень - ребенок неправильно раскладывает картинки (в одной стопке оказываются картинки с изображением как положительных, так и отрицательных поступков), эмоциональные реакции неадекватны или отсутствуют.

Средний уровень - правильно раскладывает картинки, но не может обосновать свои действия; эмоциональные реакции неадекватны либо выражены слабо.

Высокий уровень - ребенок обосновывает свой выбор (возможно, называет моральную норму); эмоциональные реакции адекватны, яркие, проявляются в мимике, активной жестикуляции и т. д.

3. *Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан [54:110-128].*

Инструкция: «На каждой линии чертой (-) отметь, как ты оцениваешь у себя это качество. После этого крестиком (+) отметь, какой уровень развития этого качества ты бы хотел иметь» (приложение Г, рисунок 14).

Обработка результатов. Обработка проводится по шести шкалам, Каждый ответ выражается в баллах. Длина каждой шкалы 100 мм, в соответствии с этим ответы школьников получают количественную характеристику (например, 54 мм = 54 баллам):

Высокий уровень – если средний балл уровня притязаний соответствует оптимальному представлению о своих возможностях (от 75 до 89 баллов) и средний балл по шкалам самооценки составляет от 45 до 74 баллов, что удостоверяет реалистическую (адекватную) самооценку;

Средний уровень – если средний балл уровня или притязаний, или самооценки занижен либо завышен;

Низкий уровень – если и средний балл по шкалам притязаний, и самооценки занижены или завышены.

Используемые материалы: бланк с инструкцией и шкалами для оценивания качеств.

4. *Методика «Лесенка» (составитель В. Г. Щур) [72: 108-114].*

Инструкция: «Перед тобой лесенка со ступеньками. На нижних ступеньках находятся плохие, неуспевающие, непослушные дети (чем ниже, тем хуже), на верхних – хорошие и послушные, успевающие (чем выше – тем

лучше). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Крестиком обозначь, куда ты поставишь себя» (приложение Г, рисунок 15).

Обработка результатов.

Ступенька 7 – высокая самооценка (низкий уровень)

Ступенька 5-6 – завышенная самооценка (средний уровень)

Ступенька 4 – адекватная самооценка (высокий уровень)

У ребенка сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность. Это нормальный вариант развития самооценки.

Ступенька 2, 3 – заниженная самооценка (средний уровень)

Ступенька 1 – низкая самооценка (низкий уровень)

5. Методика «Нарисуй себя» А.М. Прихожан и З. Василюскайте

Проективная методика предназначена для выявления эмоционально-ценностного отношения к себе младших школьников [54]. Анализ каждого рисунка показывает уровень принятия себя младшим школьником, соответствие между воображаемым положительным и реальным образом, неосознанное отнесение себя к условно плохому или хорошему человеку и удовлетворение собой (отсутствие перечеркиваний, перерисовываний). Стимульный материал: сложенный пополам (книжечкой) стандартный лист бумаги формата А4. Цветные карандаши: синий, красный, жёлтый, зелёный, чёрный, коричневый.

Инструкция: «Сейчас вы будете рисовать. Сначала нарисуйте плохого мальчика или плохую девочку. Будете рисовать тремя карандашами. Выберите эти три карандаша и покажите их мне, а оставшиеся три уберите. Найдите страницу, вверху которой написано: «Плохой мальчик/девочка». Начинаем рисовать». После того, как все дети закончили рисовать, даётся следующая инструкция: «Теперь отложите те карандаши, которыми вы рисовали, и возьмите три оставшихся. Этими карандашами нарисуете хорошего мальчика/девочку». Третья инструкция: «На оставшемся листе (сверху написано «Я») каждый из вас нарисует себя». Себя вы можете

рисовать всеми карандашами. Возьмите 6 карандашей в руку и покажите мне. Постарайтесь в этом рисунке использовать все карандаши, но если вы больше похожи на хорошего мальчика/девочку, то используйте больше тех цветов, которые использовали на второй странице, а если на плохого, то используйте больше тех цветов, что на третьем листе.

Анализ результатов.

Высокий уровень характеризуется оценкой рисунка по следующим показателям: наличие всех основных деталей, изображение полное, есть несколько дополнительных деталей, которые тщательно прорисованы, представленность фигурки в движении, включение персонажа в какой-либо сюжет: игру и т. п., большой размер «автопортрета» по сравнению с размерами двух других рисунков, наличие цветов в соответствии с хорошим ребенком, расположение рисунка в центре, отсутствие перечеркиваний, перерисовывания.

Средний уровень – 3-5 показателей, описанных выше, не соответствуют высокому уровню, например, все детали прорисованы, но рисунок маленький, нет движения, есть перечеркнутые линии и др.

Низкий уровень: отсутствие каких-то основных деталей, изображение неполное, нет дополнительных деталей, фигурка статичная, маленький размер «автопортрета» по сравнению с размерами двух других рисунков, наличие цветов в соответствии с плохим ребенком, расположение рисунка в углу, наличие перечеркиваний, перерисовывания.

2.2. Обработка результатов констатирующего эксперимента

На этапе констатирующего эксперимента мы выявили исходный уровень развития представления о себе у обучающихся вторых классов МБОУ «Ермаковской СШ №2» с помощью выбранных методик. Ниже мы приводим обсуждение результатов нашего исследования.

Результаты теста «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда в модификации Т. В. Румянцевой

При помощи данного теста мы получили данные, позволяющие определить уровень развития образа «Я», изучить содержательные характеристики идентичности личности. Тест позволил нам выявить следующие уровни развития образа «Я»: низкий, средний и высокий уровень.

Результаты теста (Приложение Д, таблица б) показали, что в группе младших школьников численностью 38 человек:

- 27 % человек в каждом классе с высоким уровнем развития образа «Я». К этой группе относятся дети, которые смогли написать 12-15 содержательных высказываний не только внешних характеристик, что свидетельствует о четком представлении схемы тела, половой принадлежности, но и внутренних качеств, присутствуют характеристики «Социального Я». Дети осознают и приписывают себе определенные социальные роли. Личностные качества в основном отображают характеристику, которую детям дает учитель или родители;

- Со средним уровнем развития образа «Я» - 44 % младших школьников, которые составили 8-12 высказываний, но большинство из них касаются внешних качеств. Высказывания в основном малосодержательны или похожи по смыслу («Я красивая», «Я с красивыми глазами»);

- Низкий уровень характерен детям (29 %), которые написали меньше 8 высказываний. Это малосодержательные высказывания, касаются в основном внешних качеств, которые не дают полного и четкого представления о своем образе.

Наглядно результаты теста представлены на рисунке 1.

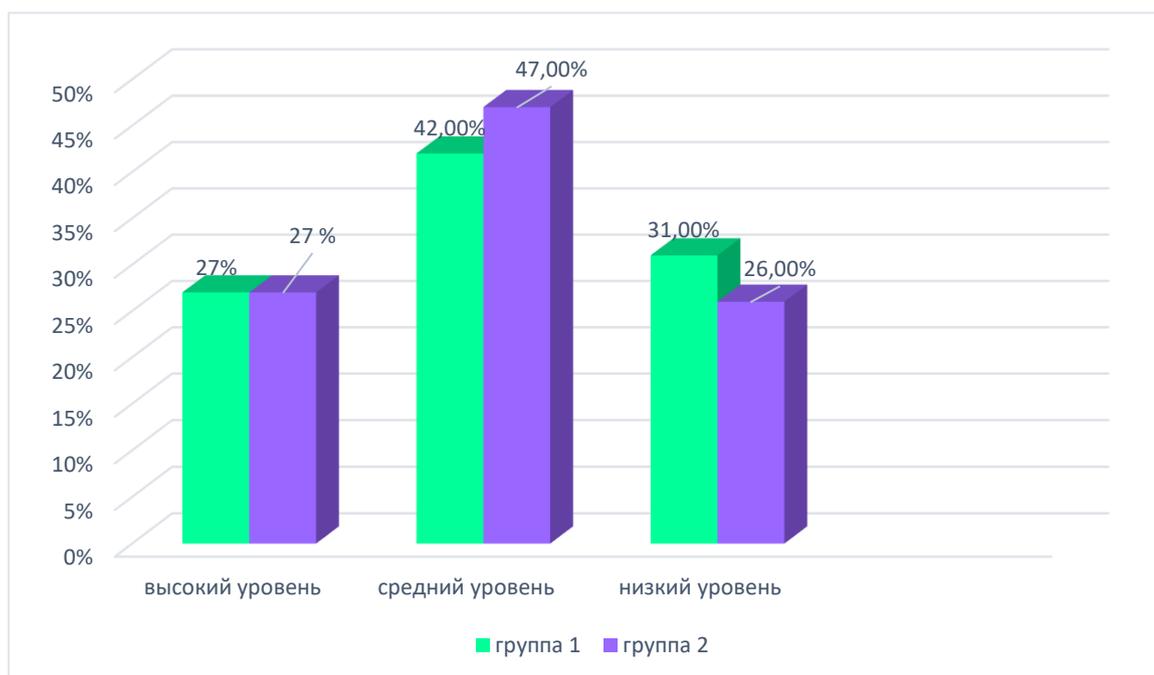


Рисунок 1. Результаты диагностики образа «Я» младших школьников по тесту «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда в модификации Т. В. Румянцевой на этапе констатирующего эксперимента (%)

Таким образом, можно сделать вывод, что в первой и второй группах почти идентичное соотношение высокого и низкого уровней. Показатели низкого уровня превышают в первой группе на 5 % по сравнению со второй. В целом картина показывает средний уровень развития образа «Я» детей 2 класса, на выявление которого направлена методика. Нами было проанализировано 365 высказываний младших школьников при ответе на вопрос «Кто Я?».

Младшим школьникам было трудно придумать 20 высказываний из-за низкого активного словарного запаса и недостатка терминологии, поэтому в среднем количество высказываний относительно себя составило 10-12 смысловых единиц на одного человека. Анализ рисунка показывает, что у детей недостаточно сформирован образ «Я». Анализ высказываний показал, что в основном младшие школьники описывают свои внешние качества (например, «я красивая», «я худой»), внутренние качества личности тоже присутствуют в описании (например, «я добрый», «я хорошая»). Личностные качества в основном выражаются в характеристике, которую дает учитель

детям (например, «я умный», «я ленивый»). Также можно отметить, что из-за незрелой эрудиции и малого словарного запаса чаще встречаются общие абстрактные понятия, чем дифференцируемые (например, «я плохой», «я молодец»). Социальное Я проявляется не у всех детей, но почти половина называют свою роль (например, «я дочка», «я ученик»).

Результаты методики Р. Р. Калининой «Сюжетные картинки»

Методика позволила нам определить уровень развития когнитивного аспекта, то есть знание моральных норм младших школьников. С помощью этой методики были выявлены следующие уровни развития образа «Я»: высокий уровень, средний уровень, низкий уровень.

Исследование проводилось индивидуально. Ребенок должен был дать моральную оценку изображенным на картинке поступкам, особое внимание уделялось оценке адекватности эмоциональных реакций ребенка на моральные нормы: положительная эмоциональная реакция (улыбка, одобрение и т. п.) на нравственный поступок и отрицательная эмоциональная реакция (осуждение, негодование и т. п.) - на безнравственный. Оценивание по наличию соответствующей реакции на изображение представлено в приложении Д, таблице 7).

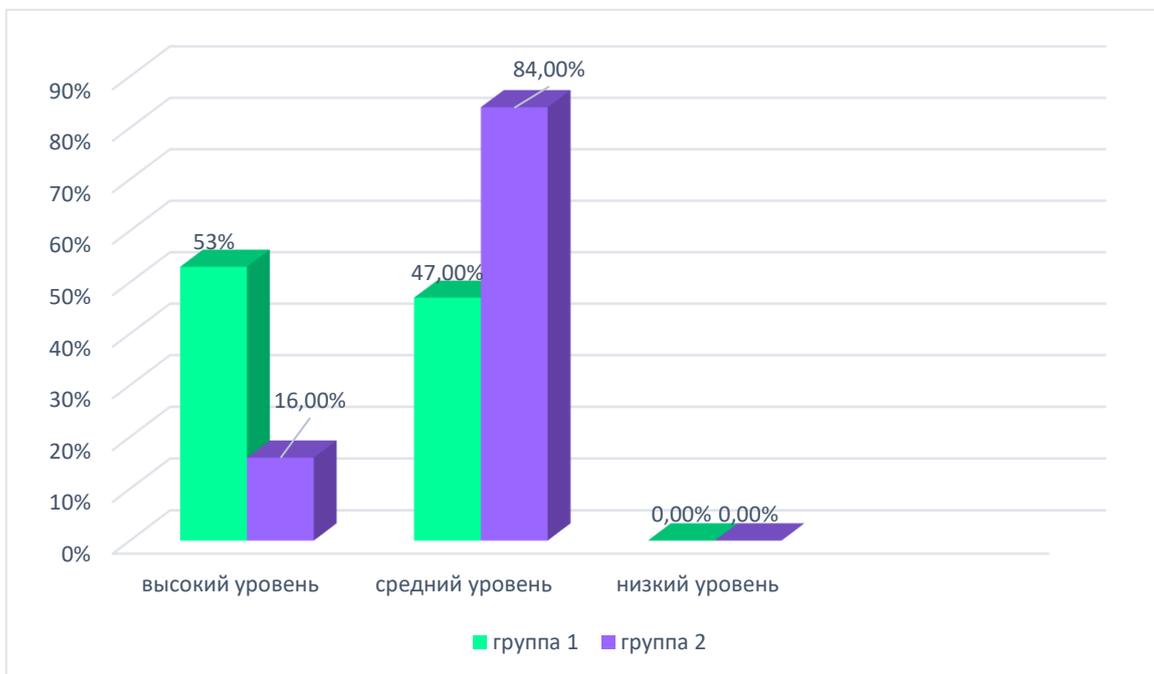


Рисунок 2. Результаты диагностики образа «Я» младших школьников по методике Р. Р. Калининой «Сюжетные картинки» на этапе констатирующего эксперимента (%)

Результаты выявления актуального уровня развития образа «Я» (рисунок 2) показали, что с методикой справились все на высоком или среднем уровнях. Детей с низким уровнем развития не оказалось. Задания на соотнесение сюжетных иллюстраций и моральных норм не вызвали затруднения у младших школьников, однако видна разница между двумя классами в показателях. Мы видим, что во второй группе обучающихся с высоким уровнем меньше, чем в первой, тогда как со средним уровнем – соответственно больше. Из этого следует вывод, что в целом представления о своем образе «Я» во второй группе развиты хуже и требуют развития.

Результаты методики Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан

Эта методика была применена для определения соотношения уровней притязаний и самооценки младших школьников. Методика проводилась с классом фронтально. При фронтальной работе сначала осуществлялась

проверка, как каждый ученик заполнил первую шкалу, чтобы убедиться правильно ли применяются предложенные значки. После этого испытуемые работали самостоятельно. Время работы вместе с чтением инструкции составило 15 мин. В приложении Д таблицах 8, 9, 10 представлены ответы респондентов, выраженные в баллах. По ним видно, что самооценка большинства школьников не адекватная и совпадает с уровнем притязания.

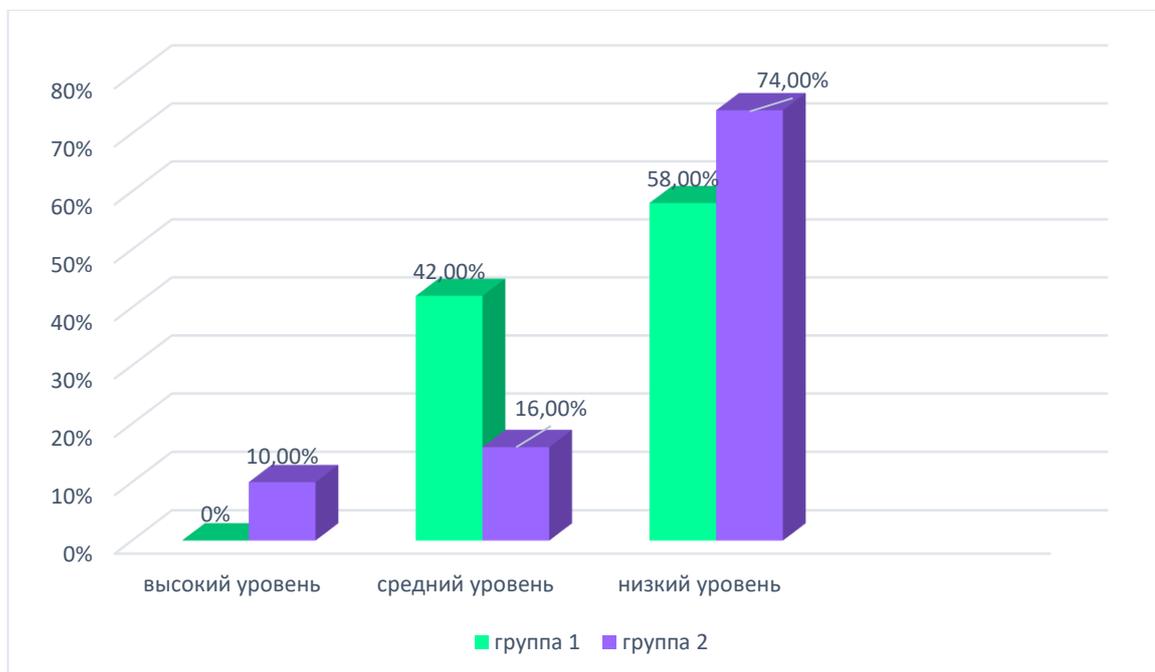


Рисунок 3. Результаты диагностики притязаний и самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн на этапе констатирующего эксперимента (%)

Наглядно результаты по методике представлены на рисунке 3, по которому видно, что обе группы в большинстве проявили себя на низком уровне, при этом вторая группа (74 %) показала более худшие результаты, чем первая группа (58 %). Следовательно, задания, направленные на выявление уровня притязаний и самооценки, вызвали затруднение у младших школьников. Эти показатели оказались завышенными. Часто у испытуемых наблюдались завышенные ожидания, то есть желаемые результаты, чем есть на самом деле. Лишь у некоторых респондентов (2 обучающихся) уровень притязаний и самооценки не завышен, что говорит о реальном адекватном

представлении себя в мире и своих возможностях. На рисунке это видно на высоком уровне второй группы. В первой группе таких детей не оказалось совсем. Уровень притязаний у детей завышен, как и уровень самооценки. Дети не отличают две таких важнейших характеристики, как «Я – реальное» и «Я – идеальное», что свидетельствует о неадекватной самооценке.

Результаты методики «Лесенка» В. Г. Щур

При помощи этой методики мы выявили актуальный уровень развития самооценки (неадекватная заниженная, низкая, адекватная, высокая, завышенная). Выбор каждого респондента по высоте лесенки представлен в приложении Д, таблице 11.

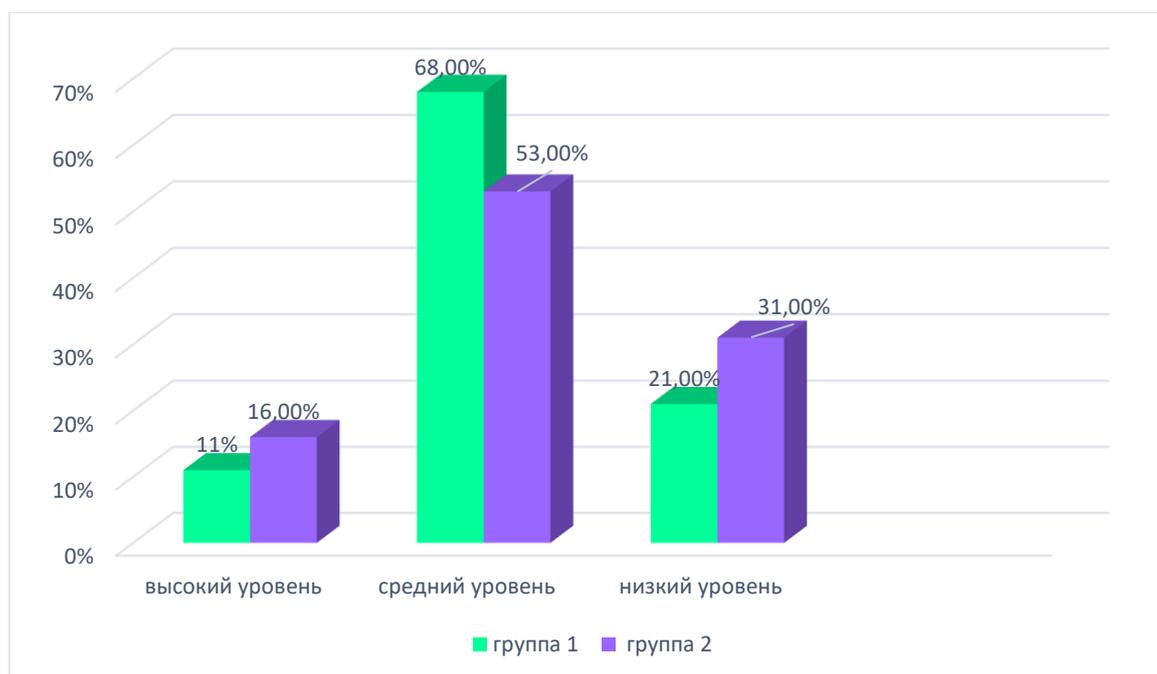


Рисунок 4. Результаты диагностики самооценки младших школьников по методике «Лесенка» В. Г. Щур на этапе констатирующего эксперимента (%)

На рисунке 4 мы видим преобладание среднего уровня развития самооценки на двух исследуемых площадках, при этом во второй группе процент таких детей ниже, чем в первой. Показатели высокого и низкого уровня также различаются в двух исследуемых классах: треть второй группы

обладают низким уровнем и 21 % - обучающиеся первой группы. В обеих группах процент обучающихся с высоким уровнем развития самооценки мал по сравнению с другими уровнями. Таким образом, можно сделать вывод, что большинство младших школьников неадекватно воспринимают себя среди окружающих, не знают свои возможности и не видят себя со стороны.

Результаты методики «Нарисуй себя» А.М. Прихожан и З. Василяускайте

Проективная методика предназначена для выявления эмоционально-ценностного отношения к себе младших школьников. Анализ каждого рисунка показал уровень принятия себя младшим школьником, соответствие между воображаемым положительным и реальным образом, неосознанное отнесение себя к условно плохому или хорошему человеку и удовлетворение собой (отсутствие перечеркиваний, перерисовываний). Оценка рисунков по параметрам методики (наличие всех основных деталей, размер, расположение, наличие перечеркиваний и др.) представлены в приложении Д, таблице 12.

Анализ рисунков детей показал, что почти все нарисовали себя полностью, прорисовывая детали, большинство добавили дополнительные детали (например, сумочку, собачку, мяч, телефон, бусы и др.). Размер и расположение рисунка относительно листа у детей различны: кто-то расположил себя в центре и нарисовал большого размера, другие же изобразили маленький рисунок в углу листа. У многих школьников отмечаются исправления, перерисовывания, зачеркивания при рисовании. Меньше половины детей изобразили себя в движении или придумали сюжет.

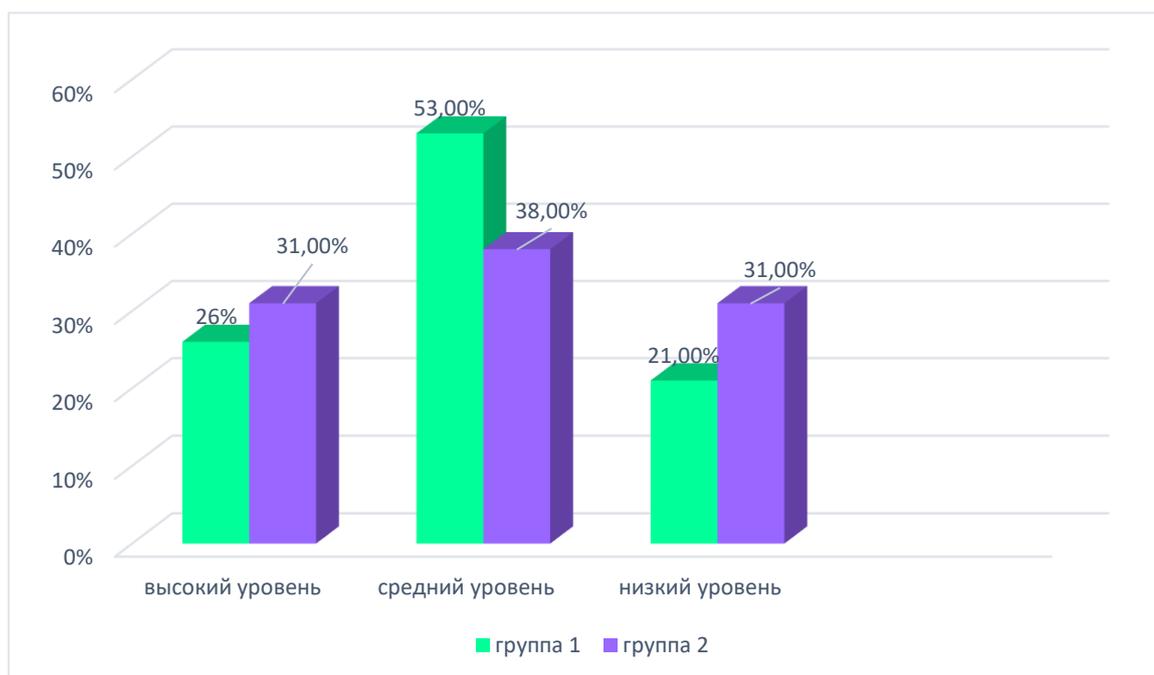


Рисунок 5. Результаты диагностики принятия себя младших школьников по методике «Нарисуй себя» А.М. Прихожан и З. Василюскайте на этапе констатирующего эксперимента (%)

Уровневая характеристика показана на рисунке 5. Высокий уровень проявили 11 человек (31 % во второй группе и 26 % в первой группе). Рисунки таких детей отличаются наличием всех основных деталей, изображение полное, есть несколько дополнительных деталей, которые тщательно прорисованы, представленность фигурки в движении, включение персонажа в какой-либо сюжет: игру и т. п., большой размер «автопортрета» по сравнению с размерами двух других рисунков, наличие цветов в соответствии с хорошим ребенком, расположение рисунка в центре, отсутствие перечеркиваний, перерисовывания.

Больше всего испытуемых проявили средний уровень развития принятия себя (44 %). У таких детей 3-5 показателей, описанных выше отсутствуют, или не соответствуют высокому уровню, например, все детали прорисованы, но рисунок маленький, нет движения, есть перечеркнутые линии и др.

Низкий уровень выявлен у 26 %: отсутствуют какие-то основные детали, изображение неполное, нет дополнительных деталей, фигурка

статичная, маленький размер «автопортрета» по сравнению с размерами двух других рисунков, наличие цветов в соответствии с плохим ребенком, расположение рисунка в углу, наличие перечеркиваний, перерисовывания.

Опираясь на критерии оценивания и результаты по всем методикам, были выявлены обучающиеся с низким, средним и высоким уровнем развития представления о себе (Приложение А, таблицы 1, 2). Наглядно результаты констатирующего эксперимента показаны на рисунке 6.

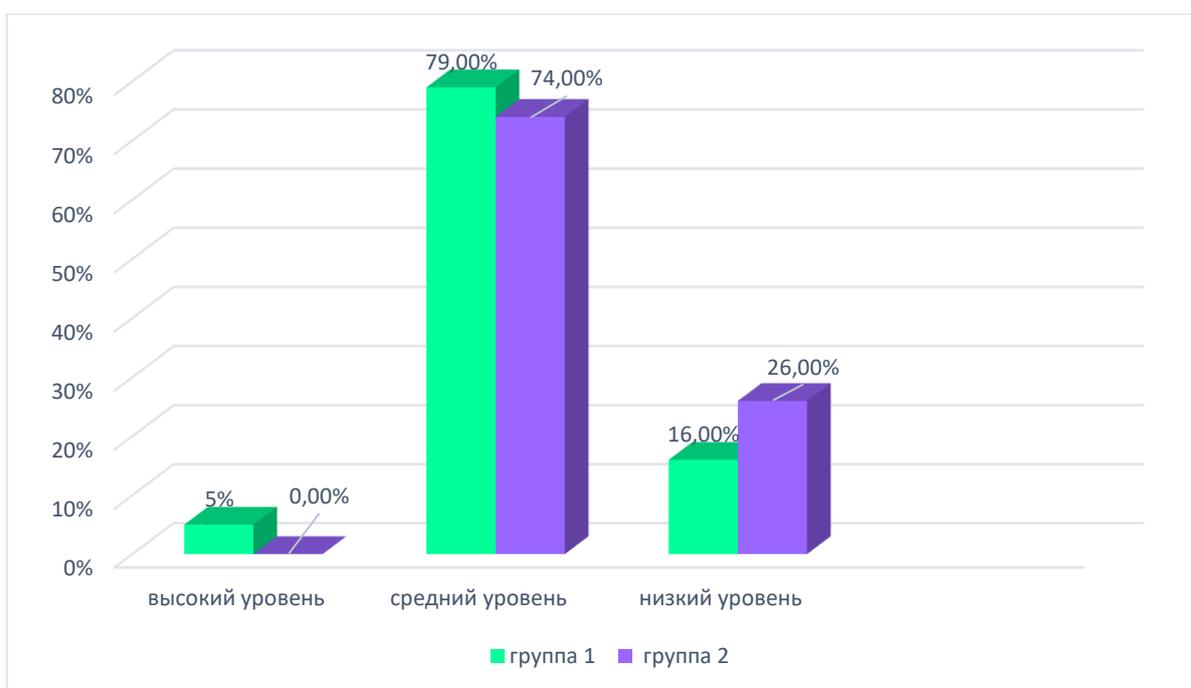


Рисунок 6. Общий уровень развития представления о себе младших школьников на этапе констатирующего эксперимента (%)

По рисунку видно, что большинство обучающихся имеют представление о себе на среднем уровне, причем в обеих группах эти показатели близки. В отличие от первой группы, во второй группе не оказалось ни одного испытуемого с высоким представлением о себе. Так же мы видим, что на низком уровне проявляют себя почти треть второй группы и 16 % первой группы. Проведение констатирующего эксперимента показало, что наша проблема представления о себе стала актуальной для младших школьников и им действительно нужна помощь для более

детального углубленного изучения самого себя, своей личности, своих возможностей и более комфортного существования в коллективе. Все это позволяет нам доказать актуальность нашего исследования, так как дети с низким и средним уровнем развития представления о себе нуждаются в формировании четкого образа «Я», развитии умения знать и содержательно описывать свои внутренние и внешние качества личности, развитии адекватной самооценки с умением рефлексировать и принимать себя в соответствии с установками и поведением.

2.3. Организация и проведение формирующего эксперимента

Анализ данных констатирующего эксперимента позволил нам сделать вывод о том, что проблема представления о себе является актуальной для младших школьников и им действительно нужна помощь для более детального углубленного изучения самого себя, развитию способности видеть возможные пути совершенствования своей личности и реалистически признавать имеющиеся недостатки. В ходе констатирующего исследования нами было выделено 19 обучающихся, имеющих низкий уровень сформированности представления о себе. В эту группу вошли младшие школьники, имеющие неадекватно завышенную самооценку, амбивалентное или отрицающее принятие себя, нечеткий или недифференцируемый образ «Я». Нами разработана и апробирована на экспериментальной группе программа, направленная на развитие представления о себе младших школьников в процессе группового консультирования с использованием элементов арт-терапии (далее – программа). Цель и задачи программы мы определяли исходя из анализа результатов констатирующего эксперимента.

Цель программы: развитие представления о себе младших школьников.

Задачи программы:

- 1) знакомство обучающихся с целями и спецификой групповых консультаций, режимом работы в группе, создание рабочей атмосферы;
- 2) психологическое просвещение младших школьников по теме представления о себе, знакомство с понятиями «самооценка», принятие себя;
- 3) развитие образа «Я», умения описывать себя, самопрезентации;
- 4) содействие формированию адекватной самооценки;
- 5) развитие принятия себя, самоуважения;

б) анализ изменений, произошедших в уровне развития представления о себе младших школьников.

Формат работы с младшими школьниками: групповое психологическое консультирование.

Апробация программы формирующего эксперимента проводилась на базе МБОУ «Ермаковской СШ № 2» с экспериментальной группой 3 В класса численностью 19 человек с сентября по ноябрь 2020 года. Пространством для проведения был выбран комфортный, светлый класс, знакомый всем третьеклассникам, что облегчало процесс адаптации. В классе имеется интерактивная доска, свободное пространство для размещения работ и передвижения участников. Как правило, во время занятий, все рассаживались в круг, либо размещались по классу по обособленным парам или группам для выполнения задания.

Программа групповых консультаций рассчитана на 12 встреч продолжительностью 1 академический час. Оптимальная интенсивность группового психологического консультирования – 2 встречи (сеанса) в неделю (6 недель). Такой временной промежуток между занятиями даёт необходимое время для отработки навыков и полного усвоения полученной информации. Между встречами не должно быть больших перерывов, чтобы не нарушалась единая логика консультирования и не снижалась творческая активность его участников.

Структура фототерапевтических занятий:

- Вводная. Основные задачи, решаемые в вводной части встречи, связаны с введением в работу, ознакомлением с целями актуальной встречи, созданием доброжелательной атмосферы, ритуал начала занятия.
- Основная. В основной части используются методы психологической беседы, психологических упражнений, разнообразные задания, включающие элементы арт-терапии, фототерапию.
- Заключительная. Заключительная часть направлена на рефлексию, подведение итогов встречи, оценку собственной деятельности,

проведение ритуала прощания, который предполагает фотографирование в конце каждой консультации.

Содержание занятий представлено в таблице 2.

Таблица 2

Содержание программы

№	Тема групповой консультации	Цели	Структура, упражнения
1	Вводное занятие. Что вы знаете о себе? Как фотография может рассказать о вас.	Создать благоприятные условия для формирования образа «Я» младших школьников.	Ритуал начала занятия «Клубок» Беседа о фотографиях Фототерапия: Упражнения «Фотонастроение», «Создание фотоистории» Рефлексия занятия, ритуал прощания, домашнее задание.
2	Фотоколлаж	Создать благоприятные условия для развития позитивной адекватной самооценки младших школьников.	Ритуал начала занятия Фототерапевтическая работа: создание фотоколлажа Рефлексия занятия, ритуал прощания, домашнее задание.
3	Уютный дом	Создать благоприятные условия для принятия себя младших школьников.	Ритуал начала занятия Фототерапия: создание уютного дома Рефлексия занятия, ритуал прощания.
4	Сказочное знакомство с эмоциями	Создать благоприятные условия для формирования образа «Я» младших школьников.	Ритуал начала занятия Фототерапия: упражнение «Зеркало», путешествие по стране сказок, упражнение «Импульс», Разыгрывание сказки «Репка» с разными эмоциями, «Мимическая гимнастика» Рефлексия занятия, ритуал прощания.
5	Взгляд со стороны	Создать благоприятные условия для развития адекватной позитивной самооценки младших школьников.	Ритуал начала занятия. Упражнение «Подарок» Фототерапия: «Что говорят газеты», Рефлексия занятия, ритуал прощания.
6	По ролям почувствуй разницу	Создать благоприятные условия для принятия себя младших школьников.	Ритуал начала занятия. Игра «Чувство на спине». Фототерапия: упражнение «Неожиданный кадр» Рефлексия занятия, ритуал прощания.
7	Дополни фото	Создать благоприятные	Ритуал начала занятия.

		условия для формирования образа «Я» младших школьников.	Фототерапия: дополни фото. Рефлексия занятия, ритуал прощания.
8	Фотопортрет	Создать благоприятные условия для развития адекватной позитивной самооценки младших школьников.	Ритуал начала занятия. Ковер-самолет. Фототерапия: фотопортрет Мое будущее Рефлексия занятия, ритуал прощания.
9	Фотомарафон	Создать благоприятные условия для принятия себя младших школьников.	Ритуал начала занятия. Фототерапия: упражнение «Сбор по голосам», психогимнастика фотомарафон, упражнение «Поворот в прыжках» Рефлексия занятия, ритуал прощания.
10	«Угадай эмоцию»	Создать благоприятные условия для формирования образа «Я» младших школьников.	Ритуал начала занятия. Фототерапия: беседа об эмоциях, игра «Угадай эмоцию по интонации», «Собери эмоцию», Этюд «Теремок», аппликация, Рефлексия. Упражнение «Спаси птенца», ритуал прощания.
11	Ассоциативно-ролевой портрет	Создать благоприятные условия для развития адекватной позитивной самооценки младших школьников.	Ритуал начала занятия «Копирование движений» Фототерапия: упражнение «Взгляды», игра «Встаньте с мест», упражнение «Все мы», «Рисунки тела». Рефлексия занятия, ритуал прощания. Домашнее задание.
12	Фотоаквагрим	Создать благоприятные условия для принятия себя младших школьников.	Ритуал начала занятия. Фототерапия Упражнение «Стеклянная дверь», Фотоаквагрим. Рефлексия занятия, ритуал прощания.

Все занятия условно разделены на три блока по развиваемым критериям: формирование образа «Я», адекватной самооценки, принятие себя, которые чередуются в программе. Распределение занятий по блокам позволило более глубоко и качественно проработать каждый критерий представления о себе. Задачами, которые мы ставили перед каждым занятием, были как развитие выделенных критериев представления о себе, так и сопутствующих, например рефлексия, самоуважение, воображение,

эмпатия, уверенность в себе. В нашем исследовании арт-терапевтические упражнения включены в каждое занятие, дополняют фототерапевтическую работу элементами дорисовывания фотографий, рисования с фотографий, коллажирование фотографий и рисунков, движения и пр.

На первой встрече с младшими школьниками было уделено внимание принятию норм взаимодействия во время консультации. Эти правила обязательны для выполнения всеми участниками в процессе всех сеансов консультирования. Также посвящено время проблеме установления контакта с младшими школьниками, чему способствовала предварительная работа – общение с ними и до консультирования: во время проведения уроков в школе (1, 2 класс), в рамках диагностической работы, неформального общения, индивидуальные консультации с несколькими детьми в 3 классе. Также участникам группы было разъяснено, что в предстоящие несколько недель будет сделан акцент в работе на психологической составляющей взаимодействия. На первом занятии младшим школьникам было важно понять, к чему приведут наши занятия, и после первой встречи они осознали, что хотят принимать себя, больше разбираться в себе, уважать себя, слышать свои чувства и уметь их показывать, понимать членов коллектива, родных, друзей, взрослых.

Мы записали правила и после утверждения группой, закрепили на видном месте:

1. Внимательно слушать друг друга.
2. Не перебивать говорящего.
3. Уважать позицию каждого.
4. Соблюдать конфиденциальность.
5. Помогать друг другу.
6. Быть активным и открытым внутри коллектива.

В процесс консультирования мы включали психологические фототерапевтические упражнения, чтобы максимально активизировать младших школьников, организовать оживленный обмен эмоциями,

стимулировать их размышления над фотографиями. Дети с нетерпением ждали, когда можно будет поразмышлять над фотографиями, послушать рассказы других, обсудить свои результаты работы. Фототерапия на каждом занятии способствовала «повороту ребенка на себя», посредством фотографических образов происходило выражение внутренних конфликтов, потребностей и переживаний. Благодаря фотографии младшие школьники смогли словесно описать и определить свое отношение к ним. В процессе фототерапии младшие школьники не только взаимодействовали со снимками и их создавали, но и исследовали собственные переживания, вызванные фотографиями. Кроме фототерапевтических упражнений, таких как фотопортрет, «Фотонастроение», «Создание фотоистории», создание фотоколлажа, психогимнастика «Фотомарафон» и др., применялись и традиционные методы поддержки, приемы активного слушания: кивание головой и использование междометий, вопрос-эхо, дословное повторение основных положений, высказанных обучающимися, приемы уточнения, переформулирования, отражения эмоций, провоцирования, техники «Насыщение паузы», «Усиление ситуации», разъяснения и убеждения (приложение Б).

В течении всех занятий, на каждом упражнении младшие школьники осознавали, принимали свои качества личности. После упражнений с использованием элементов арт-терапии проходило обсуждение, на котором дети могли выразить все чувства, эмоции, которые у них появлялись во время выполнения заданий.

На этапе рефлексии в каждом сеансе консультации мы старались помочь младшим школьникам разобраться в своих чувствах и оценить свое поведение через размышление по вопросам:

- Что нового для себя сегодня вы открыли?
- Какими мыслями вы хотели бы поделиться с группой?
- Было ли вам сложно во время встречи? Если да, то что именно?
- Какие ожидания от сегодняшней встречи оправдались?

- Какие чувства преобладали у вас сегодня? И т.д.

В конце каждого занятия третьеклассники свободно делились своими впечатлениями от проведенного занятия. Большинство участников занятия высказывались положительно, подчеркивали, что вынесли для себя что-то новое, изъявляли желание провести упражнение дома с братьями, сестрами, удивлялись открытиям себя, инсайтам. Многие дети на переменах стали регулярно подходить к кабинету педагога-психолога, следить за акциями, новостями, ожидали информацию о ближайшем групповом занятии и просились на индивидуальные встречи.

По нашим наблюдениям фототерапия способствовала развитию представления о себе. Обучающиеся с увлеченностью тренировались рассказывать о себе по фотографиям. В процессе формулирования мыслей, воспоминаний событий на фото, проговаривания вслух, у детей складывалась более полная картина осознания реальности, в которой они находятся, обмен эмоциями от фотографий способствовал расширению собственного понимания действительности, своего места в мире посредством сравнения с другими и собственным прошлым опытом, изображенном на тех же фотографиях. Каждый ребенок многократно анализировал свое прошлое, настоящее и планировал будущее, что влияло на Я-концепцию, оттачивало навык планирования и укрепляло адекватную самооценку. Работа с фотографиями нашла свое отражение в многочисленных отзывах от самих учеников, их желание постоянно разглядывать фотографии, показывать другим, а какие-то наоборот скрывать, говорит о многогранности их внутреннего мира, переживаний, сформированности представления о себе. К концу групповых занятий дети достаточно четко могли сформулировать, например, отличие своей фотографии от фото модели в задании «Что говорят газеты» («моя фотография живая, настоящая», «вокруг меня природа, а не выдуманный фон», «у меня много впечатлений с того дня, а у модели скучная фотосессия» и пр.

2.3. Результаты формирующего эксперимента и их обсуждение

Проведя первый констатирующий эксперимент, мы пришли к выводу, что младшие школьники имеют достаточные предпосылки для развития представления о себе. Об этом свидетельствует преобладание среднего уровня развития представления о себе. Для оценки эффективности проведенной программы и отслеживания изменений, произошедших с младшими школьниками, был проведен контрольный этап исследования – повторный констатирующий срез на определение уровня развития представления о себе в контрольной (группа 1) и экспериментальной группах (группа 2) с помощью аналогичных методик, что и в первом констатирующем эксперименте. Результаты повторной диагностики представлены отдельно по каждой методике в сравнительных гистограммах ниже.

Анализ данных теста «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленд в модификации Г. В. Румянцевой

При помощи данного теста мы получили данные, позволяющие определить уровень развития образа «Я», изучить содержательные характеристики идентичности личности после проведения формирующего эксперимента. Тест позволил нам выявить следующие уровни развития образа «Я»: низкий, средний и высокий уровень.

Результаты теста в баллах по каждому критерию (внешние характеристики, личностные характеристики, социальная позиция, положение в семье, увлечения) отражены в приложении Д, таблице 13. Изменения в группах после проведения программы наглядно видны в сравнительном рисунке 7.

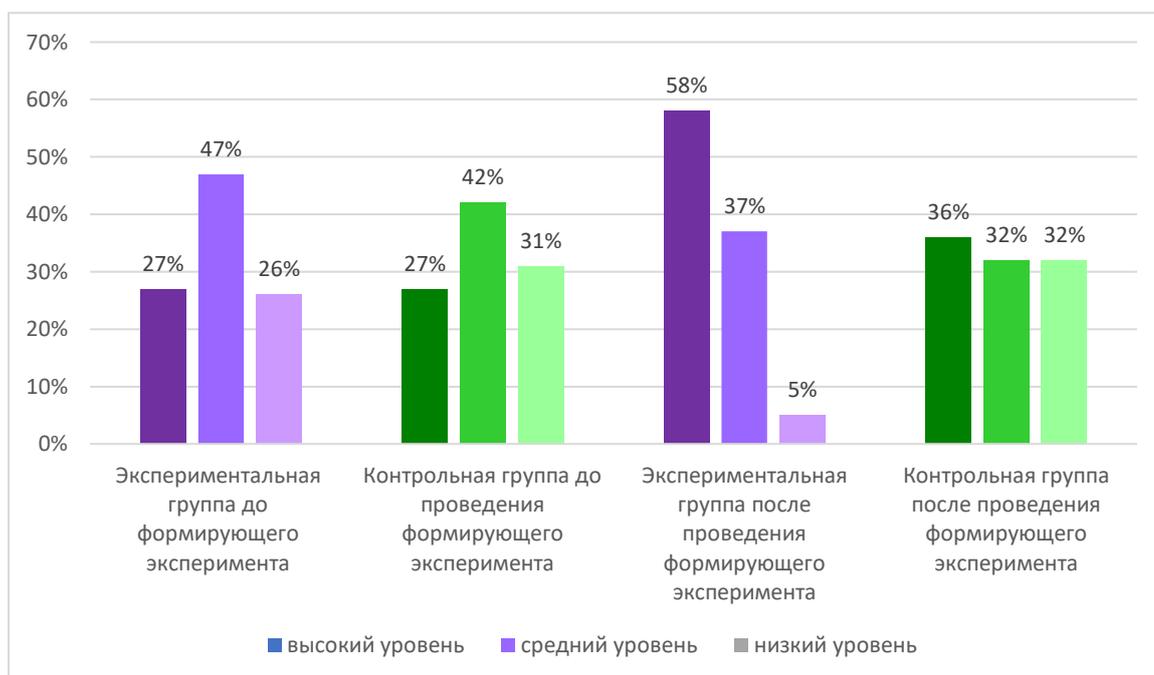


Рисунок 7. Сравнительный анализ уровней развития образа «Я» младших школьников по тесту «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленд в модификации Т. В. Румянцевой до и после формирующего эксперимента (%)

В экспериментальном классе в два раза повысилось количество учеников с высоким уровнем развития образа «Я», значительно уменьшилось количество детей с низким уровнем, что говорит об эффективности проведенной программы. В контрольной группе показатели улучшились, но незначительно, что указывает на естественное развитие младших школьников в соответствии с возрастными изменениями. Качественная оценка высказываний младших школьников относительно себя тоже изменилась: каждый обучающийся из экспериментальной группы смог сформулировать уже 15-17 высказываний, в письменной речи больше проявились качества социальной позиции, положения в семье и увлечения (например, я младший, я целеустремленная). Основной объем высказываний по-прежнему касается внешней оценки, но увеличилось и самописание внутренних качеств, так как дети начали больше прислушиваться к своим чувствам, им легче описать словами свои мысли, внутренние ощущения. Появились метафорические образы и высказывания в самоописаниях, на что повлияла работа с фотографиями, развитие умения выражать чувства с

помощью арт-приемов (например, я словно распустившийся цветок в саду). Так как младший школьный возраст восприимчив к изменениям, наши занятия, направленные на расширение понятийного аппарата, созреванию эмоциональной и познавательной сфер, смогли дать толчок к развитию представления о себе. В контрольной группе качественные изменения касаются увеличения количества высказываний, описания больше внешние, чем внутренние, что говорит о недостаточно четком образе Я. Их высказывания остались более общими, не отличаются креативностью, что связано со стереотипностью мышления, ограничением рамок в обучении.

Анализ данных методики Р. Р. Калининой «Сюжетные картинки»

Методика позволила нам определить уровень развития образа «Я» младших школьников после проведения занятий группового консультирования с использованием элементов арт-терапии. Сравнительный рисунок 8 показывает динамику изменений до и после проведения программы.

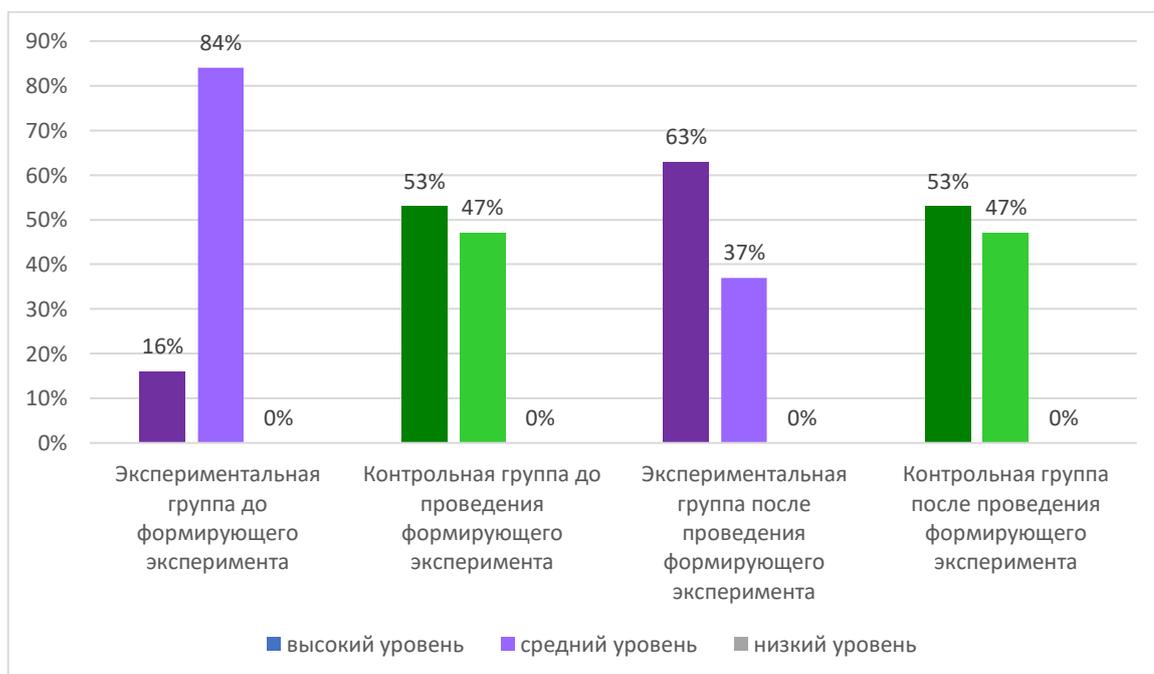


Рисунок 8. Сравнительный анализ уровней развития образа «Я» по методике Р. Р. Калининой «Сюжетные картинки» до и после проведения формирующего эксперимента (%)

Результаты выявления уровня развития образа «Я» (приложение Д, таблица 14) показали, что с методикой справились все на высоком (63 %) или среднем уровнях (37 %). Детей с низким уровнем развития не оказалось. Задания на соотнесение сюжетных иллюстраций и эмоций не вызвали затруднения у младших школьников, тем не менее разница в количественных показателях есть. В экспериментальной группе обучающихся с высоким уровнем стало больше, чем до эксперимента, что подтверждает эффективность проведенных занятий. В контрольной группе значимых изменений после эксперимента не произошло в связи с отсутствием организованной работы над собой, совершенствованием своих личностных навыков.

Анализ данных методики Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан

Методика была применена для определения соотношения уровней притязаний и самооценки младших школьников после формирующего эксперимента. Таблицы 15, 16, 17 в приложении Д показывают балльное значение ответов респондентов.

В начальной школе самооценка детей имеет тенденцию к завышенной и это не противоречит возрастным нормам. Проведенная работа фототерапии в экспериментальной группе дала свои результаты и уравнивала показатели высокого и среднего уровня по сравнению с явным доминированием низкого уровня до проведения занятий. Самооценка участников программы стала более адекватной и позитивной, уровень притязаний снизился, а самооценка «Я реального» стала отличаться от притязаний, то есть младшие школьники научились отличать «Я реальное» от «Я идеальное». Наглядно распределение испытуемых по уровням показано на рисунке 9.

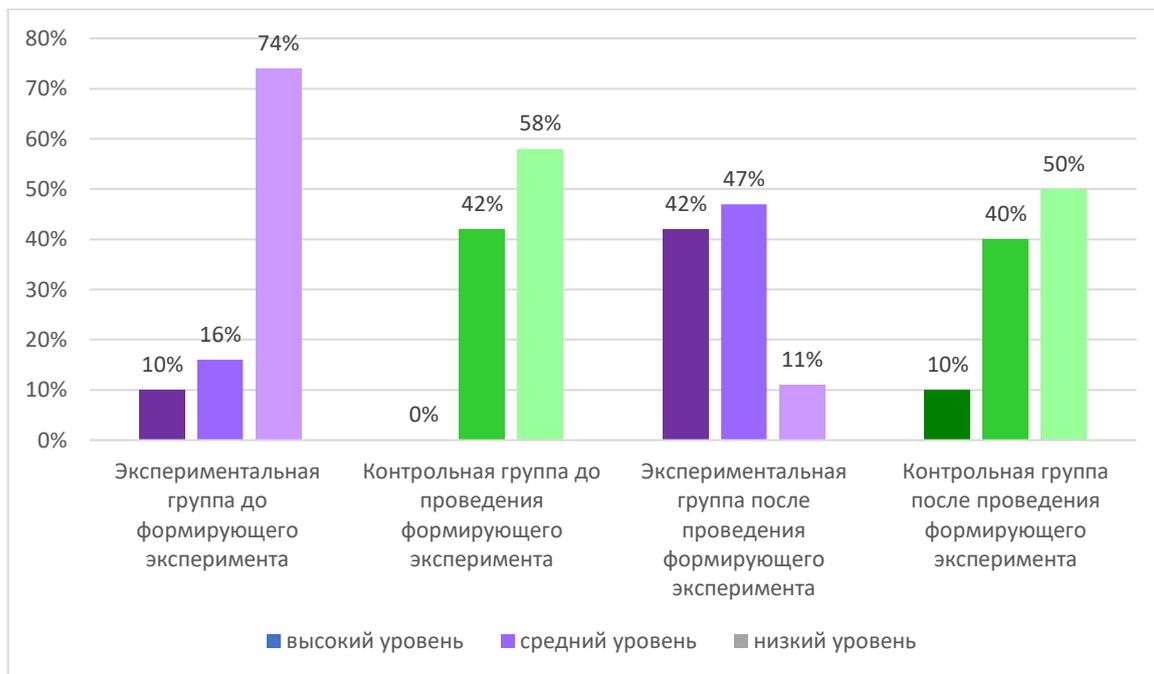


Рисунок 9. Сравнительный анализ уровней развития притязаний и самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн до и после проведения формирующего эксперимента (%)

После проведения программы 42 % детей экспериментальной группы проявили себя на высоком уровне, 47 % на среднем уровне развития притязаний и самооценки, что говорит об эффективности занятий с использованием элементов арт-терапии. Самооценка младших школьников экспериментального класса соответствует возрастным особенностям. Обучающиеся реалистично оценивают свои статусные роли, достижения и степень развития познавательных процессов. Это связано с развитием рефлексии, расширением понятийного аппарата. Дети понимают качество, могут его с собой ассоциировать.

В контрольной группе соотношение среднего и низкого уровней сохранилось, появились дети с высоким уровнем, что является следствием естественного развития самооценки детей, но с тенденцией к заниженной или завышенной. В обеих группах характеристики, связанные с оценкой взрослыми людьми более адекватно оценены, чем личностные характеристики, так как эти оценки они слышат в повседневной жизни в

школе и дома (сильный, смелый, умный). Характеристики, которые касаются авторитета, способностей хуже осознаются детьми, что проявляется в их сближении шкал «Я реальное» и «Я идеальное».

Анализ данных по методике «Лесенка» В. Г. Щур

При помощи этой методики мы выявили уровень развития самооценки после проведения формирующего эксперимента. Распределение обучающихся по высоте лесенки представлены в приложении Д, таблице 18.

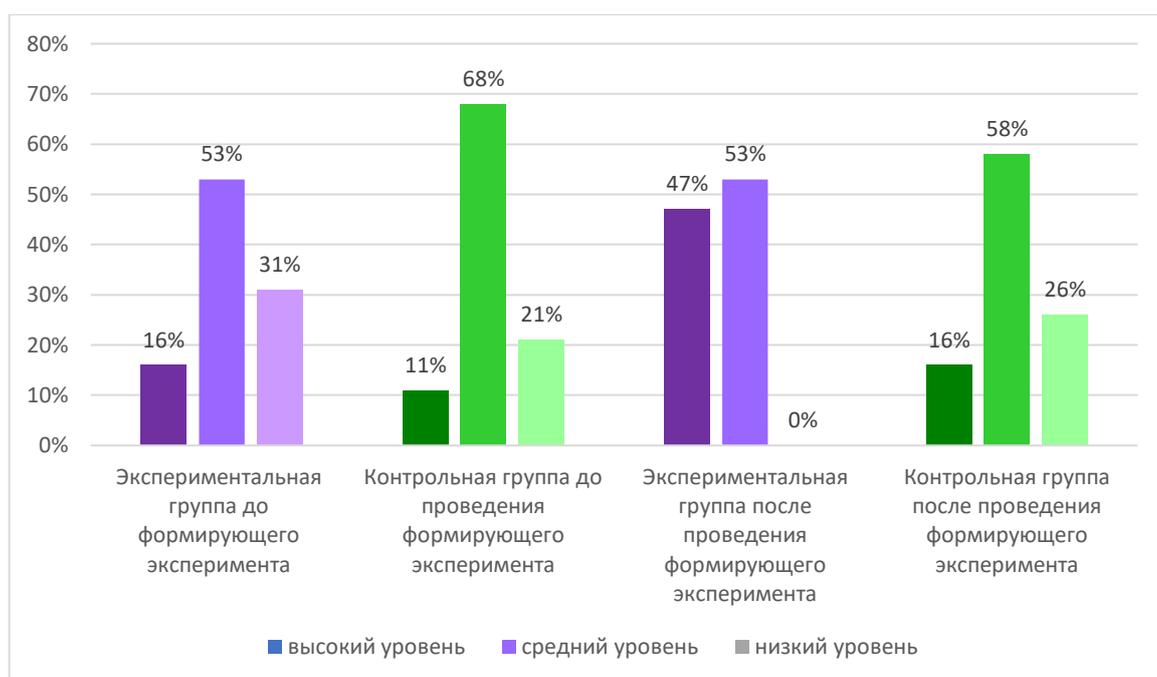


Рисунок 10. Сравнительный анализ уровней развития самооценки младших школьников по методике «Лесенка» В. Г. Щур до и после проведения формирующего эксперимента (%)

На рисунке 10 мы видим, как изменились результаты уровня развития самооценки до и после проведения занятий с использованием элементов арт-терапии. В экспериментальной группе возросло количество детей с высоким уровнем (47 %), средний уровень не изменился (53 %), детей с низким уровнем нет. Применение групповых занятий с использованием арт-приемов оказалось эффективным инструментом по регулированию самооценки.

Примечательно, что в основном показатели самооценки в виде размещения себя на лесенке в экспериментальном классе плавно стремились к средней ступеньке, тогда как в контрольной группе скачки стали резкими (от 7 к 3 или от 2 к 6). В итоге количественные представления в диаграмме изменились незначительно. Тенденция к занижению или завышению самооценки характеризует трудности в становлении себя, своего образа «Я», принятии себя, что отражается в обучении, психологическом комфорте, общении в коллективе. Групповые занятия в экспериментальной группе помогли каждому реально адекватно оценить свое место в коллективе, среди друзей, свои возможности, принять себя таким, какой «Я» есть, уважать себя и других, учитывая разнообразие личностей.

**Анализ данных методики «Нарисуй себя» А.М. Прихожан и З.
Василяускайте**

Проективная методика была использована для изучения уровня принятия себя младших школьников после проведения формирующего эксперимента. Оценка рисунков по критериям методики представлены в приложении Д, таблице 19.

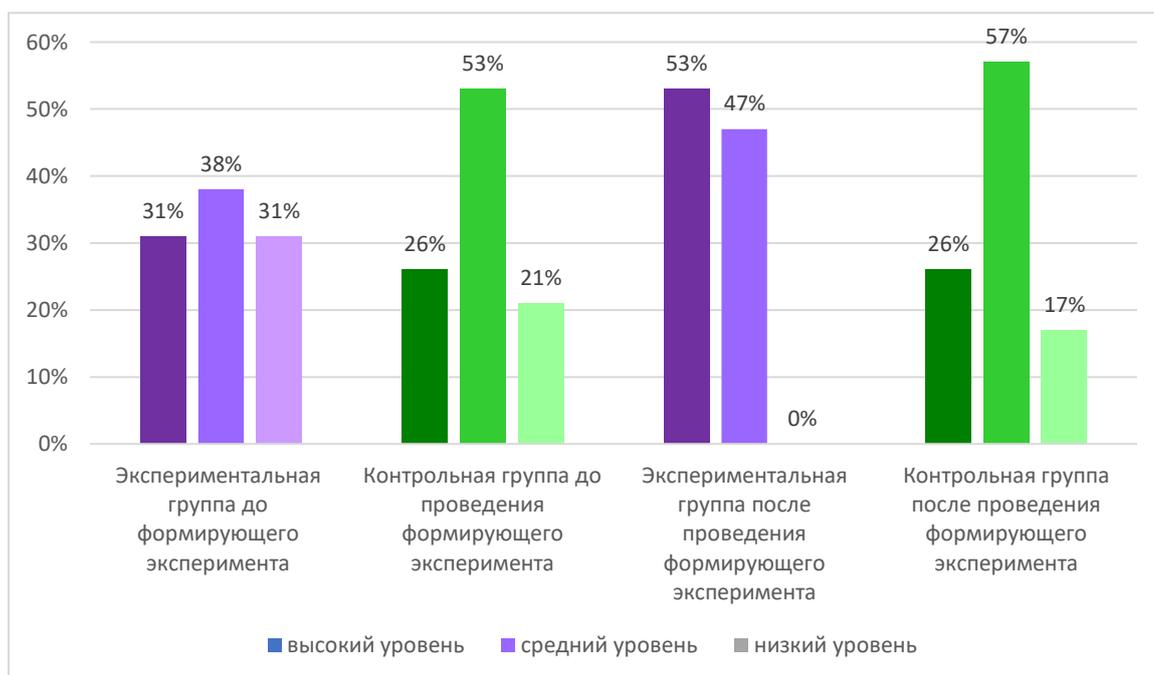


Рисунок 11. Сравнительный анализ уровней развития принятия себя по методике «Нарисуй себя» А.М. Прихожан и З. Василяускайте до и после формирующего эксперимента (%)

Анализ рисунка 11 позволяет прийти к выводу, что уровень развития принятия себя в экспериментальной группе возрос. Детей с низким показателем после проведения занятий нет, что доказывает эффективность арт-терапевтической работы над представлением о себе, умением через рисунок показать свой образ «Я». Детей со средним уровнем – 47 %. Отсутствие в большинстве рисунков зачеркиваний, законченность рисунка демонстрирует принятие себя младших школьников. Рисунки 53 % детей с высоким уровнем отличались прорисовыванием всех основных деталей, полным изображением, имелись несколько дополнительных деталей, значительно прибавилось количество динамичных рисунков, включение персонажа в какой-либо сюжет: игру и т. п., большой размер «автопортрета» по сравнению с размерами двух других рисунков, наличие цветов в соответствии с хорошим ребенком, расположение рисунка в центре, отсутствие перечеркиваний, перерисовывания.

В контрольной группе изменений практически не произошло, что говорит о медленном развитии принятия себя младших школьников.

Большинство детей контрольной группы (57 %) находятся на среднем уровне, 17 % продемонстрировали низкий уровень. В их рисунках отсутствуют какие-то основные детали, изображение неполное, нет дополнительных деталей, фигурка статичная, маленький размер «автопортрета» по сравнению с размерами двух других рисунков, наличие цветов в соответствии с плохим ребенком, расположение рисунка в углу, наличие перечеркиваний, перерисовывания.

Обобщая результаты всех методик, можно сделать вывод о том, что в экспериментальной группе младших школьников уровень развития представления о себе стал значительно выше (приложение А, таблицы 3, 4).

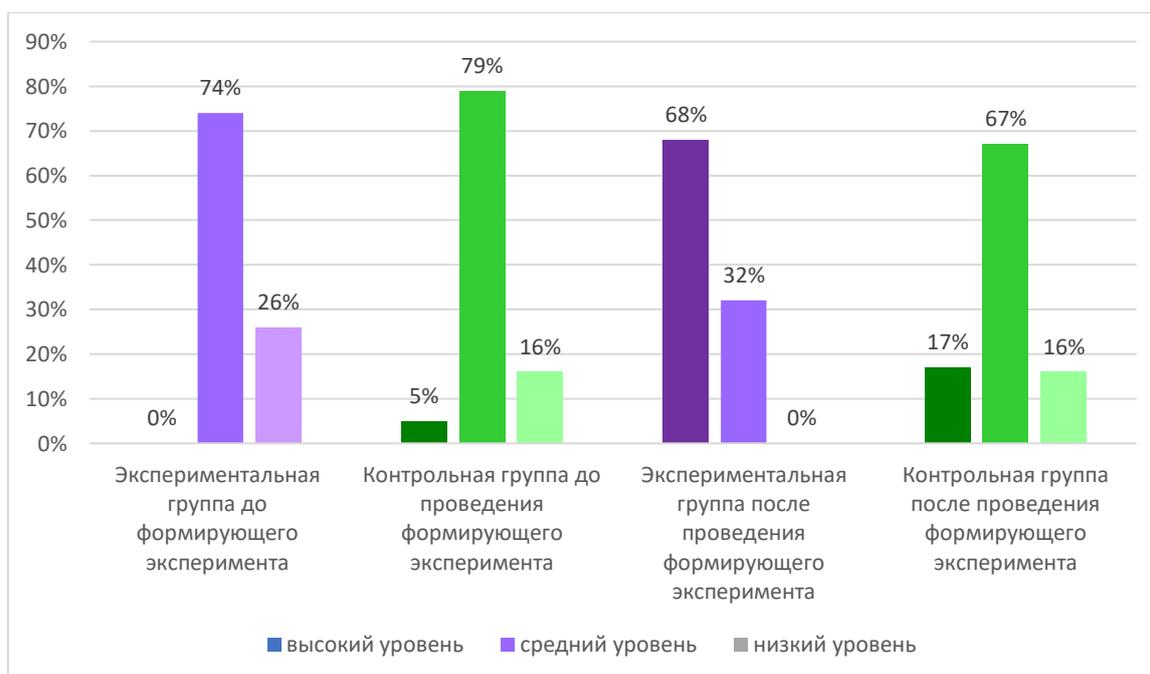


Рисунок 12. Итоговый уровень развития представления о себе младших школьников до и после формирующего эксперимента (%)

Наглядно результаты второго констатирующего среза видны на рисунке 12. Все обучающиеся экспериментальной группы находятся на высоком и среднем уровнях (68 % и 32 % соответственно). Детей, имеющих низкий уровень развития представления нет вообще, что свидетельствует о значимости произошедших со школьниками изменений после проведенных

занятий. Представление о себе характеризуется достаточно сформированным образом «Я», адекватностью самооценки, принятием себя. В уровне развития представления о себе в контрольном классе не произошло значимых изменений. Представление о себе большинства детей контрольного класса характеризуется недостаточной четкостью образа «Я», неадекватной самооценкой, имеющей тенденцию к завышению или занижению, неприятием себя.

Проведя анализ данных выборок по Т-критерию Уилкоксона, мы выявили значимые различия между показателями уровня развития представления о себе у младших школьников экспериментального класса до и после эксперимента ($p < 0,01$) (приложение Г). Таким образом, мы экспериментально подтвердили, что групповое консультирование с использованием элементов арт-терапии является эффективным средством развития представления о себе младших школьников.

Выводы по Главе 2

Опираясь на результаты исследования, можно сделать следующие выводы.

По результатам констатирующего эксперимента получены данные, показывающие, что у младших школьников преобладает средний уровень развития представления о себе (76 %). Это говорит о том, что испытуемые способны описать себя, но присутствуют малоинформативные высказывания и описание касается преимущественно своих внешних качеств, самооценка завышенная. Однако детей с высоким уровнем развития представлений о себе всего 2,6 %. Наличие младших школьников с низким уровнем (21 %) подтверждает необходимость развития представлений о себе младших школьников, им действительно нужна помощь для детального углубленного изучения самого себя, формирования адекватной самооценки и более уверенного поведения.

На основе полученных данных мы составили развивающую программу групповых консультаций на основе использования арт-терапии.

Результаты консультативной работы оценивались посредством повторного констатирующего среза в обеих группах с помощью тех же методик, что и в первом констатирующем эксперименте. Анализ результатов формирующего эксперимента показал, что в экспериментальной группе повысился уровень представлений о себе. Все обучающиеся экспериментальной группы находятся на высоком (68 %) и среднем уровнях и (32 % соответственно). Дети стали позитивно содержательно описывать самого себя, добавились личностные качества, увеличилось количество высказываний социальных позиций, отсутствуют малоинформативные высказывания. Самооценка младших школьников стала более адекватной и позитивной, соответствие установок и поведения говорит о принятии себя. Детей, имеющих низкий уровень развития представления после проведения занятий нет (до эксперимента было 26 % в классе), что свидетельствует о

значимости произошедших изменений с младшими школьниками. Представление о себе характеризуется достаточно сформированным образом «Я», адекватностью самооценки, принятием себя.

Положительные изменения после проведения формирующего эксперимента были выявлены в уровнях развития всех компонентов самосознания – когнитивном, оценочном, поведенческом.

Групповое консультирование младших школьников позволило использовать приемы вербальной и невербальной обратной связи, создать условия доброжелательной атмосферы, располагающей к раскрытию себя, выражению своих чувств и переживаний, способствовать проявлению понимания и поддержки, преодолеть неуверенность в себе.

С помощью анализа данных выборок по Т-критерию Уилкоксона, мы выявили значимые различия между показателями уровня представления о себе у младших школьников экспериментального класса до и после эксперимента ($p \leq 0,01$). Таким образом, мы экспериментально подтвердили, что занятия группового консультирования с использованием элементов арт-терапии являются результативным способом развития представления о себе младших школьников, что подтверждает гипотезу нашего исследования.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На сегодняшний день самосознание - одна из центральных проблем философии, психологии и некоторых других гуманитарных наук. В младшем школьном возрасте ведущей формой самосознания является представление о себе. Анализ психолого-педагогической литературы по теме исследования показал, что представление о себе формируется с раннего детства и должно быть в основном сформировано к юношескому возрасту, младший школьный возраст – наиболее сензитивный период т.к. ребенок только начинает осознавать себя взрослым, самостоятельным человеком, на данном этапе происходит множество изменений и физических, и психических, и эмоциональных.

В ходе исследования мы выявили, что в младшем школьном возрасте представление о себе только начинает развиваться, образ «Я» характеризуется недостаточной четкостью, дифференцируемостью и разработанностью. Самооценка в основном неадекватная и имеет тенденцию к завышению. Младшие школьники в основном не принимают себя, что проявляется в несоответствии установок и поведения, реальным образом и неудовлетворении собой, несформированности рефлексии.

На основе полученных данных мы составили программу групповых консультаций с использованием элементов арт-терапии. Реализация составленной программы формирующего эксперимента и анализ динамики изменений показал, что групповые занятия с использованием таких приемов, как арт-терапия, фототерапия, психологические упражнения, практические задания являются эффективным средством развития представления о себе, расширения образа «Я», формирования адекватной самооценки, уверенного поведения.

Анализ проведенной работы позволяет оценить теоретическую и практическую её значимость.

Теоретическая значимость заключается в том, что работа обобщает материал из областей общей и возрастной психологии, результаты, полученные в ходе исследования, станут основой для более углубленного изучения развития представления о себе младших школьников в ходе группового консультирования с использованием элементов арт-терапии.

Практическая значимость проведенного исследования заключается в разработке программы занятий группового консультирования, способствующей развитию представления о себе младших школьников. Результаты исследования могут быть использованы в консультировании педагогами-психологами.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абузьярова С.И. Развитие ребёнка в условиях личностно ориентированного педагогического процесса (аспект самоактуализации). Красноярск, 1992. 165с.
2. Авдеева Н.Н. Привязанность ребенка к матери и образ себя в раннем детстве // "Вопросы психологии". N 4. 1997. 156 с.
3. Алексеев В.А. Развитие самосознания на рубеже подросткового и юношеского возрастов: Автореф. дисс. канд. психол. наук. М., 1985. 20 с.
4. Алексеев К.И. Метафора как объект исследования в философии и психологии // Вопросы психологии. 1996.N 2. 178 с.
5. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды, Т.2-М.: Педагогика, 1980. 286с.
6. Андреева Т.М. Социальная психология. М.: Аспект -пресс, 1998. 373с.
7. Асмолов А. Г. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе. От действия к мысли: Пособие для учителя / Под ред. А.Г. Асмолова. М.: Просвещение, 2010. 152 с.
8. Берне Р., Развитие «Я концепции» и воспитание / Р. Берне. М.: Прогресс. 1986. 420 с.
9. Бернс Р. Развитие "Я" - концепции и воспитание. М.: Просвещение, 1986. 226с.
10. Битянова М. Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / М.Р. Битянова. СПб, 2002. 303 с.
11. Божович Л. И. Особенности самосознания у подростков// «Вопросы психологии». N 1. 1995. 163 с.
12. Божович Л. И., Славина Л.С. Психологическое развитие школьника и его воспитание. М.: Знание, 1979. 96 с.
13. Вальдес Одриосола М. С. Арт-терапия в работе с подростками: Психотерапевтические виды художественной деятельности: Методическое пособие. М.: Владос, 2007. 63 с.

14. Васильева Е. Н. Особенности формирования положительного эмоционального отношения у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития к близким взрослым и сверстникам: дис. канд. психол. наук. Н. Новгород, 1994. 167 с.
15. Вачков И. В. Групповые методы в работе школьного психолога. М.: Ось-89, 2002. 142 с.
16. Вачков И. В. Сказкотерапия: Развитие самосознания через психологическую сказку. М.: Ось-89, 2003. 144 с.
17. Возможности практической психологии в образовании/ Под ред. Бурлаковой Н.С. М.: Перспектива, 1998. 88 с.
18. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков/ Под ред. Д. Б. Эльконина и Т.В. Драгуновой. М.: Просвещение, 1967. 360 с.
19. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6-ти томах/ Гл. ред. А.В. Запорожец. Т. 4. Детская психология/ Под ред. Д.Б. Эльконина. М.: Педагогика, 1984. 433 с.
20. Горноста́й П., Титаренко Т. (ред.) Психология личности: словарь-справочник. К.: "Рута", 2001. 320 с.
21. Драгунова Т. В. Психологические особенности. Сов. педагогика, 1972, N 8, 98 с.
22. Дубровина И. В. Школьная психологическая служба. М.: Просвещение, 1991. 238с.
23. Дусавицкий А. К. Развитие личности в учебной деятельности. М.: "Дом педагогики", 1996. 208 с.
24. Зейгарник Б. В. Теории зарубежной психологии. М.: Перспектива, 1982. 263 с.
25. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. СПб.: Речь, ТЦ Сфера, 2001. 76 с.
26. Зинченко В.П. Миры сознания и структура сознания // "Вопросы психологии". N 2 1991. 188 с.

27. Истратова О. Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога начальной школы (2-е изд.) Серия «Справочники». / О.Н. Истратова, Т.В. Эксакусто. Ростов н/Д: «Феникс», 2004. 448 с.
28. Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. СПб.: Речь, 2006. 160 с.
29. Князева М. Л. Ключ к самосознанию. М.: Молодая гвардия, 1990. 215 с.
30. Кон И. С. В поисках себя. М.: Политиздат, 1984. 335с.
31. Кон И. С. Открытие “Я”. М.: Политиздат, 1978. 367 с.
32. Копытин А. И. Арт-терапия – новые горизонты / Под ред. А. И. Копытина. М.:Когито-Центр,2006. 336 с.
33. Копытин А. И. Арт-терапия: Хрестоматия / Под. ред. А. И. Копытина. СПб.: Питер, 2001. 320 с.
34. Копытин А. И. Фототерапия: использование фотографий в психологической практике. 2006. 280 с.
35. Копытин А. И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. Когнито-центр, 2007. 225 с.
36. Кори Д. Теория и практика группового консультирования / пер. с англ. Е. Рачковой. М.: Эксмо, 2003. 640 с.
37. Крайг Г. Психология развития. СПб.: Питер, 2000. 992 с.
38. Кулагина И. Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): Учебное пособие. М.: Изд-во РОУ, 1996. 180 с.
39. Кун. М. Тест «Кто Я?» М. Кун, Т. Макпартленд; модификация Т. В. Румянцевой) / Румянцева Т.В. Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре. СПб., 2006. 176 с.

40. Леонтьев А. Н. Очерки психологии детей. М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1950. 345 с.
41. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики. 4-е изд. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1981. 584 с.
42. МакНифф Ш. Творчество за рамками привычного: расширение возможностей психологических исследований с помощью искусства // Исцеляющее искусство: журнал арт-терапии. 2002. Том 5, N 2. 41 с.
43. Малахова А. И. Сознание и самосознание личности. Автореф. дис. на соискание учен. степени канд. философ. наук. Л., 1972. 23 с.
44. Мерлин В. С. Структура личности: характер, способности, самосознание. Пермь, 1990. 321с.
45. Мерманов И. Б. Методика «Сюжетные картинки» / Диагностика эмоционально-нравственного развития. Ред. и сост. Дерманова И.Б. СПб., 2002г. 76 с.
46. Министерство науки и образования РФ. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования: [утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. N 373; в ред. приказов от 26 ноября 2010 г. N 1241, от 22 сентября 2011 г. N 2357]. Москва, 2009. 41 с.
47. Москалева Е. А. Проблема формирования самосознания в младшем школьном возрасте. //Психология XXI века. Материалы международной межвузовской научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых специалистов / Под научной редакцией В.Б. Чеснокова СПб.: Издательство С. Петербургского университета, 2005. 212 с.
48. Москалева Е. А. Работа со сказкой как средство формирования представления о себе в младшем школьном возрасте. // Материалы XII Международной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых «Ломоносов». Том 2. М.: Изд-во МГУ, 2005. 541с.
49. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М.: Академия, 1998. 398 с.

50. Овчарова Р. В. Справочная книга школьного психолога. М.: Просвещение, 1996. 286 с.
51. Олейник Л. Д. Индивидуальное самосознание и пути его формирования. Автореф. дис. на соискание учен. степени канд. философ. наук. Л., 1975. 25 с.
52. Петровский А. В. Общая психология/ Под ред. А. В. Петровского М.: Просвещение, 1996. 286 с.
53. Пешкова Н. А., Шайденкова Т. Н. Особенности формирования Я-концепции младших школьников [Электронный ресурс] / Н. А. Пешкова, Т. Н. Шайденкова // Научная электронная библиотека «киберленинка». URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-formirovaniya-ya-kontseptsii-u-mladshih-shkolnikov> (Дата обращения 22.10.2020).
54. Прихожан А. М. Применение методов прямого оценивания в работе школьного психолога / Научно-методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психодиагностических методик: Сб. научн. тр. / Редкол.: И. В. Дубровина (отв.ред.) и др. М.: изд. АПН СССР, 1988. 200 с.
55. Пузыря А. А. Психология личности: тесты. Сборник. / Под ред. Ю.В. Гиппенрейтер, А. А. Пузыря М.:МГУ, 1982. 426с.
56. Райгородский Д. Я. Психология самосознания. Хрестоматия [Текст] / Я.Д. Райгородский. Самара: Издательский Дом «БАХРАМ - М», 2007. 672 с.
57. Райс Ф., Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс. СПб.: Питер, 2000. 291 с.
58. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. М.: ВЛАДОС, 1995. 529 с.
59. Роджерс К. О становлении личностью: Психотерапия глазами психотерапевта (html-версия, испр. изд. книги: Роджерс К. Становление человека: Психотерапия глазами психотерапевта. М.: Прогресс, 1994) / пер. М. М. Исениной, под ред. Е. И. Исениной. Киев: PSYLIB, 2004. URL:

<http://psycheresurs.ru/d/294831/d/rodzhers-k.-o-stanovlenii-lichnostyu.pdf> (дата обращения: 10.10.2020).

60. Романова Е. С., Потемкина С.Ф. Графические методы в психологической диагностике. М.: Дидакт, 1992. 256 с.
61. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер Ком, 1999. 720 с.
62. Сафин В. В. Психология самоопределения личности. Свердловск: ГПИ, 1986. 283 с.
63. Селиванова О. Г., Усатова М. А. Фототерапия как метод развития эмпатии младшего школьника // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2017. Т. 29. С. 175–179. URL: <http://e-koncept.ru/2017/770835.htm> (дата обращения: 18.10.2020).
64. Сельдюковская Г. Н., Психология детей и подростков. / Под ред. Сельдюковской Г.Н., Гельница Г. М. М.: Медицина, 1985. 386 с.
65. Спиркин А. Г. Сознание и самосознание. М.: Перспектива, 1997. 218 с.
66. Столин В. В. Самосознание личности. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. 288 с.
67. Хьелл Л. Теории личности / под ред. Л. Хьелл, Д. Зиглер. СПб.: Питер, 2003. 608 с.
68. Цукерман Г. А. Психология саморазвития: задачи для подростков и педагогов. Рига: ПЦ «Эксперимент», 1995. 432 с.
69. Чеснокова И. И. Проблема самосознания в психологии. М., 1977. 144 с.
70. Щур В. Г. Методика изучения представлений ребенка об отношениях к нему других людей / Психология личности: теория и эксперимент. М., 1982. 170 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Таблица 1 – Общий уровень развития представления о себе младших школьников на этапе констатирующего эксперимента в группе 1

№ испытуемого	Познавательный компонент		Оценочный компонент		Поведенческий компонент	Уровень развития представления о себе
	Методика 20 ответов «Кто Я?» М. Куна и Т. Макпартленда в модификации Т. В. Румянцевой	Методика Р. Р. Калининой «Сюжетные картинки»	Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан	Методика «Лесенка» В. Г. Щур	Методика «Нарисуй себя» А.М. Прихожан и З. Василяускайте	Итого
1	В	В	С	С	С	С
2	С	С	С	В	В	С
3	В	С	Н	С	С	С
4	Н	С	С	С	С	Н
5	В	С	Н	В	С	С
6	Н	В	Н	С	В	С
7	С	В	С	С	С	С
8	В	В	Н	С	С	С
9	В	В	Н	С	В	В
10	Н	В	Н	Н	С	С
11	С	С	С	С	С	С
12	С	С	Н	Н	Н	Н
13	С	В	Н	С	В	С
14	В	С	Н	Н	Н	Н
15	С	С	С	С	Н	С
16	Н	С	Н	С	С	С
17	С	В	Н	Н	В	С
18	Н	В	С	С	С	С
19	С	В	С	С	Н	С

Н – низкий уровень;

С – средний уровень;

В – высокий уровень.

Приложение А

Таблица 2 – Общий уровень развития представления о себе младших школьников на этапе констатирующего эксперимента в группе 2

№ испытуемого	Познавательный компонент		Оценочный компонент		Поведенческий компонент	Уровень развития представления о себе
	Методика 20 ответов «Кто Я?» М. Куна и Т. Макпартленда в модификации Т. В. Румянцевой	Методика Р. Р. Калининой «Сюжетные картинки»	Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан	Методика «Лесенка» В. Г. Щур	Методика «Нарисуй себя» А.М. Прихожан и З. Василяускайте	Итого
1	С	С	Н	Н	В	С
2	С	С	Н	С	С	С
3	С	С	Н	С	В	С
4	Н	В	Н	В	С	С
5	С	С	Н	С	С	С
6	Н	В	Н	С	В	С
7	Н	С	Н	В	С	С
8	В	В	Н	С	С	С
9	Н	С	Н	Н	Н	Н
10	Н	С	Н	С	Н	Н
11	С	С	В	В	Н	С
12	В	С	В	Н	Н	Н
13	В	С	С	С	С	С
14	С	С	Н	Н	В	Н
15	С	С	С	Н	Н	С
16	С	С	Н	С	В	С
17	В	С	Н	С	В	С
18	С	С	С	Н	С	С
19	Н	С	Н	С	Н	Н

Н – низкий уровень;

С – средний уровень;

В – высокий уровень.

Приложение Б

Консультация 1

Вводное занятие. Что вы знаете о себе? Как фотография может рассказать о вас.

Цель: создать благоприятные условия для формирования «Образа Я» младших школьников.

Задачи:

1. Активизация интереса к фототерапии;
2. Осознание своего эмоционального состояния;
3. Создание фотоистории.

Дидактический материал: клубок, фотографии людей с разными эмоциями, жетоны, фотоаппарат или телефон, игрушки детей, разный реквизит для фото (шляпы, цветы, карандаши, одежда, посуда, бумага и т.д.), ноутбук, интерактивная доска.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия «Клубок» (5 минут)

Дети сидят на стульях по кругу. Психолог передает клубок ниток ребенку, называя при этом ласковое, вежливое слово, пожелание, например: «Я рада тебя видеть, ты сегодня прекрасно выглядишь» или «Привет, ты как всегда веселая и жизнерадостная». Далее клубок передается следующему участнику по кругу, постепенно раскручиваясь, пока не пройдет через всех участников.

Беседа (5 мин)

На занятиях мы будем с вами играть в различные игры, пробовать себя в качестве фотографов, творить, а это поможет нам лучше понимать себя, передавать свои эмоции, чувствовать других. Для этого нам необходимо много трудиться, стараться и у нас обязательно все получится. Сегодня мы с вами познакомимся с таким видом искусства, как фотография. А для начала создадим свои правила в группе, и должны их придерживаться на

протяжении всех занятий (коллективное обсуждение правил, записывание на большой лист, прикрепление на видное место).

Что же такое фотография. Как вы понимаете это слово?

Фотография (от греческих фото - свет, граф - рисую, пишу) - рисование светом. Каждый из вас, если возьмет фотоаппарат, по-своему увидит окружающий мир, отобразит мгновение. А когда, по вашему мнению, появилась первая фотография? (1826 г). Создателем фотографии был французский художник и изобретатель Луи Дагер.

- А кто же создает фотографии? Фотограф через фотографии передает свое понимание мира природы, вещей, человека.

- Как называется «инструмент», с которым работает фотограф? Фотоаппарат - это сложное техническое устройство, и чтобы сделать не просто хороший кадр, выполнить продуманную работу, потребуется разбираться в принципах его работы. Наверняка каждый пробовал делать фотографии цифровым фотоаппаратом или камерой мобильного телефона, как результат получались хорошие фотографии, но далеко не все.

3. Фототерапия (20 минут)

Упражнение «Фотонастроение»

Психолог предлагает детям внимательно посмотреть на фотографии с изображением людей в разных эмоциональных состояниях.

Психолог: «Прошу вас взять по жетону и положить его рядом с той фотографией, которая наиболее ярко отражает ваше эмоциональное состояние в настоящий момент».

Упражнение «Создание фотоистории»

Психолог: «Я просила вас принести небольшие игрушки. Представьте по очереди, пожалуйста, свои игрушки. Поясните, почему именно эту игрушку вам захотелось принести на занятие».

Психолог: «Давайте теперь попробуем придумать для наших героев историю, но историю не простую, а в виде фотографий. Ребята, скажите, что еще нам понадобится для нашей фотоистории?». (Ответы детей).

Психолог: «Совершенно верно! Мы используем фотоаппарат или телефон. Теперь все готово, можно начинать! Наша задача состоит в следующем: необходимо придумать фотоисторию с помощью ваших игрушек-героев и реквизита. Я буду фотографом. К каждому кадру необходимо придумать пояснение (1-2 предложения). В итоге должна получиться небольшая фотоистория, которую мы оформим в виде фотопрезентации». (Дети выполняют задание).

Просмотр фотопрезентации и обсуждение.

1. Рефлексия занятия (5 минут)

Психолог: «Какая замечательная фотоистория у нас получилась. Ребята, а вам понравилась?». (Ответы детей). С помощью фотографий можно выражать свои разные эмоции, а также увидеть эмоции других людей.

Психолог: «Что для вас показалось самым трудным в создании нашей фотоистории?». (Ответы детей).

Ритуал прощания (5 минут)

Создание общей фотографии, где каждый изображает эмоции от занятия.

Домашнее задание: принести фотографии (10 шт.) себя, своих родных, знакомых, животных, того, что является самым важным в жизни.

Консультация 2

Фотоколлаж

Цель: создать благоприятные условия для развития позитивной адекватной самооценки младших школьников.

Задачи:

1. Освоение метода фотоколлажа;
2. Раскрытие личностного потенциала каждого ребенка средствами фотографии;

Дидактический материал: листы бумаги формата А4, ножницы, фломастеры, фотографии детей, картинки из журналов и газет, клей.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия (5 минут)

Каждый ребенок здоровается с каждым из присутствующих по-особому, как ему бы хотелось поприветствовать именно этого человека. Для одного это будет рукопожатие, для другого — ласковое слово, кому-то, может быть, просто захочется улыбнуться, а с кем-то встретиться взглядом.

2. Фототерапевтическая работа. Создание фотоколлажа (20 минут)

Психолог: сегодня мы с вами будем создавать картину, используя свои фотографии, фото друзей, картинки и фотографии из журналов и газет, которые лежат перед вами.

Но вначале вам нужно придумать историю, в которой главным героем будете вы сами. С помощью подручного материала, который лежит перед вами, вы расскажете свою историю в картинках.

Дети самостоятельно сочиняют истории. Если они затрудняются с выбором темы, то можно предложить ряд вариантов: «Я волшебник», «Моя семья», «Лучшие друзья», «На прогулке», «На берегу моря», «Прекрасное и безобразное», «Мир взрослых и мир детей» и т.д.

Затем ребята с помощью фотографий создают картины.

Рефлексия занятия (10 минут)

Участники рассказывают, свои истории, говорят, что у них получилось, что не получилось, всё ли они отобразили в своих картинах, что хотели.

Ритуал прощания (5 минут)

Создание общей фотографии с изображением детей со своими фотоколлажами.

Домашнее задание: принести фотографии тех, кто живет дома (2-10 шт.).

Консультация 3

Уютный дом

Цель: создать благоприятные условия для принятия себя младших школьников.

Задачи:

1. Развитие навыков моделирования себя внутри референтной группы;
2. Определение и принятие своего места среди близких;
3. Проявление заботливого отношения к близким.

Дидактический материал: картон, бумага, цветная бумага, клей, кисти, фломастеры, коробки, ножницы, фотографии родных и близких, а также детей.

Ход занятия

1. Ритуал начала занятия (5 минут)

Дорогие ребята, скажите, пожалуйста, что важно иметь для семьи?

(В ответах детей выделить слово «ДОМ».)

Правильно, самое главное — это дом, где живут мама и папа, братья и сестры, бабушки и дедушки. Сегодня мы с вами будем в роли строителей и попытаемся построить дом для ваших родных и близких.

2. Фототерапия. Самостоятельная работа

Психолог: пожалуйста, подумайте, какой бы вы хотели иметь дом. Сколько в нем будет комнат, какая мебель будет стоять в комнатах, какие шторы будут висеть, что вы повесите на стены и постелите на пол.

Перед вами листы бумаги, из которых мы сделаем комнаты. Вы можете выбрать любой цвет для своих комнат. Сколько у вас будет комнат, столько вы должны сделать коробочек.

Каждая коробочка — комната. Теперь будем оформлять внутреннее содержание наших комнат. Поставим мебель, технику.

Предметы посуды, мебели, домашних животных можно выполнить в технике оригами, но можно и вырезать из старых журналов.

Силуэты мужской и женской фигур можно нарисовать на картоне и использовать как образы мамы, папы, самого ребенка, родных и близких. Нарисовать лицо или приклеить на контур лица фотографии мамы, папы,

свою, родных и близких, одеть в одежду, сделать прическу. Поместить героев в комнатах. Из комнат собрать дом.

3. Рефлексия

Все дома ребята выставляют на большой стол. Выбирают три самых лучших и говорят, почему они им понравились.

Ритуал прощания.

Создание деревни уютных домов, совместная фотография с домами.

Консультация 4.

Сказочное знакомство с эмоциями

Цель: создать благоприятные условия для формирования образа Я.

Задачи:

1. Совершенствование умения осознавать и трактовать свои эмоции, оценивать их уместность в данной ситуации;
2. Воспитывать добрые отношения друг к другу, учить слушать, общаться;
3. Развитие умения правильно выражать свои эмоции и чувства посредством мимики.

Дидактический материал: экранная презентация (фотографии с изображением эмоций разных людей), фотографии с мордашками, пиктограммы эмоций, листы А4, клей.

Ход консультации:

1. Ритуал начала занятия:
 - Здравствуйте, ребята! Давайте вместе закроем глаза на минуту, улыбнемся (обязательно от души), откроем глаза. Посмотрите друг на друга и улыбнитесь.
2. Фототерапия. Упражнение «Зеркало».
 - Посмотреть в зеркало, представить себе, что там отразилось что-то сказочное, и удивитесь, испугайтесь, разозлитесь, улыбнитесь.
 - Каждый человек удивляется по-своему, но, несмотря на разницу, в выражениях удивления всегда есть что-то похожее.

- Что общего в том, как вы изображали удивление?

Путешествие по стране сказок.

Рассказ: мы отправляемся в путешествие по стране сказок. На своем пути мы увидим сказочные домики, в которых живут герои разных сказок. Сказочные герои выйдут, если мы правильно назовем эмоцию, изображенную на пиктограмме, висящей на двери домика.

а) Первый домик с пиктограммой гнева.

Дети называют эмоцию. Из домика выходит злой-призлой Карабас и говорит, что у него в театре нет актеров, и он хочет забрать всех детей в театр. Учитель предлагает показать свой гнев и зло ответить Карабасу-Барабасу, что они ни за что не пойдут в его театр. Это помогает прогнать Карабаса-Барабаса и продолжить путешествие.

б) Второй домик с пиктограммой страха. Дети отгадывают эмоцию.

Из домика выходит Зайчик, который боится Лису. Она выгнала его из дома.

- Кто пытался помочь Зайчику, но не помог? Почему звери не смогли помочь Зайчику? Как пугала Лиса зверей? Кто помог Зайчику?

Зайчик благодарит детей, и путешествие продолжается.

в) Третий домик с пиктограммой горя.

- Назовите эмоцию?

- Рассмотрите картину В. Васнецова «Аленушка».

- Кто написал эту картину? Как она называется?

Когда дети ответят на вопросы, из домика выходит Аленушка. Она рассказывает о своем горе. Дети предлагают разные варианты того, как можно помочь Аленушке расколдовать Иванушку. Чтобы чудо свершилось, дети должны называть пословицы о горе.

Ответы детей помогают Аленушке встретиться с братом, который выхолит из домика. Иванушка и Аленушка благодарят детей.

г) Четвертый домик с пиктограммой удивления.

Дети называют эмоцию. Из домика выходит Карлсон. Он предлагает детям вспомнить эпизод из сказки А. Линдгрена «Малыш и Карлсон, который живет на крыше», где герои удивляются. Карлсон предлагает рассказать, чему дети удивлялись в своей жизни.

д) Пятый домик с пиктограммой радости.

Дети называют эмоцию. Из домика выходит Буратино. Он предлагает детям вспомнить:

- Каким героям вы помогли? Какие чувства при этом испытали?

- Каких веселых героев сказок вы знаете?

Упражнение «Импульс»

Упражнение способствует установлению межличностного контакта. Участники игры берутся за руки. Ведущий легким пожатием передает импульс соседу, тот передает следующему, и так далее. При этом участники смотрят только друг на друга. Задать импульс может любой участник, несколько участников, затем расспросить, кто сколько импульсов получил.

Сказка о гномах

Есть на свете необыкновенная страна. Попасты туда нелегко, а взрослым туда дороги не найти, и только самые умные и отважные дети могут туда попасть. Почему умные и отважные? Потому что, чтобы попасть в эту страну, нужно ей помочь. Хотите? Ну тогда слушайте дальше. В этой стране живут неразлучные друзья гномы. Они словно дети. Гномы всегда вместе -- играют, веселятся, грустят, злятся. Иногда ссорятся, но очень быстро мирятся. И стараются всегда прийти на помощь друг дружке.

Гномов зовут весельчак ЭХ, злока УХ, плакса ОХ, бояка ОЙ, удивляка ОГО. Все бы хорошо, и жили бы они так, но только часто на их безмятежную волшебную страну обрушиваются разные несчастья: то заколдуют весельчака, то волшебный ветер все перепутает. И гномы всегда, конечно же, обращаются за помощью к детям.

Рассказ сопровождается демонстрацией пиктограмм и мимикой.

- И вот мы только прибыли в эту страну, не успели даже толком познакомиться, как с гномиками случилось несчастье: налетел ветер и снес с гномиков их волшебные колпаки. Колпаки я успела поймать, вот они (лист А4 с разноцветными колпаками), но где чей, гномики забыли. Давайте им поможем. Для этого вам необходимо под колпак наклеить фотографию с мордашкой гномика.

Предлагается ряд фотографий, среди которых дети выбирают нужные им мордашки. Дети решают, где чей колпак, и приклеивают нужную фотографию под него.

Разыгрывание сказки «Репка» с разными эмоциями.

«Мимическая гимнастика»

Выполнение мимических упражнений: сморщить лоб - расслабиться. Поднять брови - расслабиться. Сморщить лоб - поднять брови - расслабиться. Закрывать глаза - открыть и расширить глаза - поднять брови - раскрыть рот - расслабиться. Сморщить нос, расширить ноздри - расслабиться. Улыбнуться.

4. Рефлексия.

- О чем мы с вами сегодня говорили?

- Какие эмоции вы знаете?

- Какие эмоции вам было труднее всего изобразить?

Ритуал прощания.

Совместная фотография в образе из сказки «Репка» с разными эмоциями.

Консультация 5.

Взгляд со стороны

Цель: создать условия для развития адекватной позитивной самооценки младших школьников.

Задачи:

1. Развитие творческого воображения;
2. Формирование навыков фотографирования, позирования.
3. Стимулирование активной деятельности, взаимопомощи, поддержки;

4. Создание благоприятной атмосферы для комфортного взаимодействия участников фотосессии.

Дидактический материал: телефоны с фотокамерой, таблички с надписями, проектор.

Ход занятия.

1. Ритуал начала занятия.

Упражнение «Подарок»

Сядем в круг. Пусть каждый из вас по очереди сделает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок надо сделать (вручить) молча (невербально), но так, чтобы ваш сосед понял, что вы ему дарите. Тот, кто получает подарок, должен постараться понять, что ему дарят. Пока все не получают подарки, говорить ничего не надо. Все делаем молча.

Когда все получают подарки (круг замкнется), тренер обращается к тому участнику группы, который получил подарок последним, и спрашивает его о том, какой подарок он получил. После того как тот ответит, тренер обращается к участнику, который вручал подарок, и спрашивает о том, какой подарок он сделал. Если в ответах есть расхождения, нужно выяснить, с чем конкретно связано непонимание. Если участник группы не может сказать, что ему подарили, можно спросить об этом у группы.

2. Фототерапия.

«Что говорят газеты»

«В газетах, журналах, по телевидению и в кино мы видим изображения, образы, видеотрансляции женщин и мужчин, которые считаются красивыми. Мы можем начать думать, что станем красивыми, только если будем похожими на них. Сегодня мы попробуем взглянуть иначе на то, как нас заставляют выглядеть».

Из журналов, фотографий знаменитостей вырезаются картинки, и из них составляются изображения (можно составить вместе фрагменты частей или вообще менять их местами). Изображения могут быть странными и

нереальными. Дети делятся на группы по 5-6 человек и в каждой собираются 4-5 образов.

Законченные картинки раскладываются рядом, представляются своей группой, сравниваются с остальными и обсуждаются (преувеличенные картинки подчеркивают давление и абсурдность «нормы»).

3. Рефлексия.

Как на нас или на наш образ влияют изображения?

Как они влияют на наше понятие того, как мы должны выглядеть?

Должны ли мы действительно соответствовать образам, которые нам навязывают?

Ритуал прощания.

Фотографируются группы со своими собранными образами.

Консультация 6.

По ролям почувствуй разницу

Цель: создать условия для развития принятия себя младших школьников.

Задачи:

1. Развитие творческого воображения;
2. Формирование навыков фотографирования, позирования.
3. Стимулирование активной деятельности, взаимопомощи, поддержки;
4. Создание благоприятной атмосферы для комфортного взаимодействия участников фотосессии.

Дидактический материал: таблички с эмоциями, телефоны, интерактивная доска.

Ход занятия.

1. Ритуал начала занятия.

Участники садятся в круг. Один из участников группы начинает действие с воображаемым предметом так, чтобы его можно было продолжить. Сосед повторяет действие и продолжает его.

Таким образом предмет обходит круг и возвращается к первому игроку. Тот называет переданный им предмет и каждый из участников называет, в свою очередь, что передавал именно он. После обсуждения упражнение повторяется еще раз.

Ход занятия.

Игра «Чувство на спине».

- Каждому из вас я прикрепляю на спину табличку с названием эмоции, какую - вам неизвестно. Вы должны узнать об этом друг от друга. Самое главное, что игра эта проходит молча. Эмоцию друга, соседа вы должны изобразить с помощью мимики, жестов, движений. Объяснить без слов! Нужно помочь другу понять, какое чувство написано у него на спине. Тот, кто понял, какое чувство написано у него на спине, помогает другим. Затем, собравшись в круг, мы назовем эти чувства. Игра эта, хоть и без слов, веселая, подвижная.

- Легко ли понять, какое чувство выражает другой человек?

- Что при этом в его поведении помогает? Что мешает?

- Легко ли самому выразить чувство?

- Есть ли разница в выражении положительного и отрицательного чувства?

Фототерапия: упражнение «Неожиданный кадр»

Психолог делит детей на три группы: 1 группа – дети, которые позируют перед фотографом; 2 группа – дети, которые фотографируют позирующих «моделей», 3 группа – дети, которые фотографирует всех в неожиданный момент, когда никто не знает, что их фотографируют, тем самым получая живой кадр.

После 15 минут фотосессий на слайд выводятся получившиеся кадры, проводится анализ, обсуждение эмоций у детей с разными ролями, что чувствовал тот, кто был позирующим, кто был запланированным фотографом, кто был внезапным фотографом. Сравниваются фотографии, на

которых люди позировали, и которые получились неожиданными. Обсуждаются плюсы и минусы каждого вида фотографий.

3. Рефлексия

- Что нового вы для себя сегодня вынесли?

- Какие эмоции вы испытывали во время разных этапов занятия?

- Что бы вы хотели повторить, в какой момент вы чувствовали себя комфортнее всего?

Ритуал прощания.

Психолог делает неожиданный кадр всех участников консультации и показывает на экране.

Консультация 7.

Дополни фото

Цель: создать условия для формирования образа «Я» младших школьников.

Задачи:

1. Развитие внимательности, воображения, фантазии;
2. Совершенствование навыков самопрезентации;
3. Развитие умения достраивать свой образ, синтезировать.

Дидактический материал: ножницы, фотографии, клей, листы бумаги, фломастеры, карандаши, краски.

Ход занятия.

1. Ритуал начала занятия.

Давайте разучим с вами приветствие. Улыбнуться друг другу. На слог здравст- хлопнуть в ладоши, на слог вуй- хлопнуть по ладошкам соседей, стоящих слева и справа, на слог те- хлопнуть себя по коленкам. Скажите, дети, у нас получились четкие ритмичные хлопки? Кто ошибался? Почему? (Отметить лучших).

Скажите мне, всем было приятно здороваться? Какие эмоции вы испытывали, приветствуя друг друга?

2. Фототерапия. Дополни фото.

Психолог: Мы рассматриваем фотографии. Они возвращают нас в прошлые времена. Вот мама, бабушка или брат. На одной фотографии только дедушкино лицо, а на этой фотографии в кадр попали только мамины руки, разрезающие торт.

Обратить внимание детей, что на снимках с видом природы в кадр не вошли сосны на берегу реки или не поместилась целая улица с красивыми домами. Формат фотографии довольно маленький, и на нем не умещается все, что хочется снять на память. Мы попробуем дорисовать то, что не поместилось на снимке.

Психолог: выберем фотографии, чтобы на них были крупные и мелкие изображения, затем вырежем недостающие детали или дорисуем их. Например, у нас есть лица двух подружек, читающих книги. На другой фотографии нам приглянулись телефонный аппарат и настольная лампа, их тоже вырежем по контуру. Положим вырезки на лист бумаги, придумаем или вспомни сюжет и развитие действия картины. Например: «Подружки собрались провести вечер за чтением интересной книги. Сели на уютный, красивый диванчик. Включили настольную лампу». Наклеиваем все на лист бумаги, и дорисовываем недостающие детали. Далее каждый рассказывает про свою фотографию и дополнения к ней (вымышленные или реальные).

3. Рефлексия

Организуется выставка в классе. Дети говорят, что нового они узнали на занятии, выражают свое отношение к картинам. Говорят, какие картины им понравились больше и почему.

Ритуал прощания.

Фотографирование детей на фоне выставки.

Домашнее задание: принести реквизит для создания фотографии о моем будущем (это может быть реквизит для профессии, для будущей учебы, для ближайшего путешествия и т.д. в зависимости от будущего, которое ребенок представил).

Консультация 8.

Фотопортрет

Цель: создание условий для развития адекватной позитивной самооценки младших школьников.

Задачи:

1. Развитие умения работать в команде, способности смотреть на себя со стороны, узнавать себя по описанию другого человека;

3. Продвинуть навыки самопрезентации.

Дидактический материал: палас, фотографии, реквизит для создания фотографии будущего.

Ход занятия:

1. Ритуал начала занятия.

Ковер-самолет.

Для выполнения упражнения понадобится прочный палас или ковер, который уже не жалко примерно 2 на 2 метра. Команда из 5-6 человек должна встать на этот ковер и чудесным образом переместится в другой угол аудитории. Задача усложняется тем, что с ковра нельзя вставать, держаться за другие предметы.

2. Фототерапия.

Фотопортрет

Каждый участник выбирает из принесенных фотографий свой портрет и пытается нарисовать его сам. Автопортреты перемешиваются и заново раздаются участникам, главное, чтобы каждому в руки попал чужой портрет. В течение нескольких минут участники рассматривают рисунки и пишут на них имя предполагаемого автора. Сделав предположение относительно авторства, он не сообщает о своей догадке группе, а описывает для нее то, что он увидел на этом портрете (описание должно касаться не столько формальных элементов рисунка, сколько ощущений и выводов эксперта по поводу личности автора). Группа озвучивает свои догадки, и после этого демонстрируется сам портрет; возможно, кто-то после рассматривания

рисунка изменит свое мнение. Далее истинный обладатель автопортрета встает и подтверждает или опровергает догадки группы.

Мое будущее

Детям предлагается составить свою линию жизни, используя уже имеющиеся фотографии и путем создания новых. На занятии детям предлагается представить себя в будущем, и сфотографировать себя, используя реквизит (который принесли на занятие).

3. Рефлексия

После фотосессии ведется обсуждение эмоций, чувств, новых мыслей от занятия.

Ритуал прощания

Участники по очереди говорят друг другу слова благодарности за что-либо.

Консультация 9.

Фотомарафон

Цель: создание условий для принятия себя младших школьников.

Задачи:

1. Совершенствование уверенного поведения в группе, умения отстаивать свою позицию;
2. Развитие умения слышать, видеть, замечать, понимать друг друга;
3. Формирование навыков предугадывания действий других, овладение психологической пропедевтикой.

Ход занятия:

1. Ритуал начала занятия.

Участники садятся в круг, принимают какую-то позу, и друг друга фотографируют глазами, стараясь запечатлеть образ, детали каждого участника и запомнить его в кратковременной памяти. Далее все закрывают глаза, психолог идет позади участников и трогает кого-то по плечу. Этот человек должен незаметно тихо поменять позу. Когда все открывают глаза, то должны угадать, кто же именно поменял «снимок». Если задание для

группы оказывается легким, то можно затрагивать несколько участников, тем самым усложнить задание.

2. Фототерапия. Упражнение «Сбор по голосам»

Психолог раздает участникам заранее подготовленные фотографии, на изображены животные, способных издавать характерные звуки (мышь, кошка, лягушка, петух и т.п.) – по 2-3 фотографии на группу с названием каждого животного. Участники, никому не показывая свои фотографии, читают про себя, какое животное им досталось, после чего убирают их и закрывают глаза. Ведущий дает задание: «Не открывая глаз, собраться семьями. Разговаривать нельзя, можно пользоваться только звуками, характерными для ваших животных».

Изюминка упражнения в том, что мы подсознательно слышим тот звук, который хотим услышать, что ярко демонстрируется в упражнении как пример из жизненных ситуаций. В группе обсуждаются примеры из жизни, и делаются выводы о том, всегда ли это нужно и как уметь слышать то, что говорят на самом деле.

Психогимнастика фотомарафон

Дети выстраиваются в одну колонну. Педагог-психолог показывает фотографию с изображением животного или предмета. Замыкающий придумывает, как это слово можно передать не вербально (с помощью движений, жестов, мимики). Затем он касается плеча впереди стоящего ребенка. Тот поворачивается и наблюдает за действиями «передающего». Когда у второго игрока возникает своя версия, он таким же образом передает ее дальше, придумывая уже свои движения.

По окончании игры следует провести анализ игры, угадать животное, которое начинали изображать и выяснить, где произошел сбой, если до первого игрока версия дошла искаженной.

Упражнение «Поворот в прыжках»

Участники рассредоточиваются в пространстве таким образом, чтобы расстояние между соседями составляло не менее полуметра, и встают лицом

в одном направлении. Далее по условному сигналу психолога все одновременно выполняют прыжок на месте. В прыжке можно повернуться в любую сторону на 90, 180, 240 или 360°. Каждый сам решает, куда и насколько ему повернуться, договариваться об этом нельзя. Каждый следующий прыжок производится по сигналу из того положения, в которое участники приземлились ранее. Задача – добиться того, чтобы после очередного прыжка все участники приземлились, повернувшись лицом в одну сторону. Фиксируется количество попыток, необходимых для этого.

Изоминка упражнения: задание не удается выполнить до тех пор, пока участники не начнут ориентироваться на действия других. Для успешного прогнозирования действия окружающих необходимо проявить эмпатию, предвосхитить поведение другого. Кроме того, игра служит хорошей разминкой, позволяет активизировать группу, снимает напряженность.

Рефлексия:

Можно ли успешно выполнить это задание, действуя по принципу «каждый за себя»?

Как сделать так, чтобы понять замыслы соседей и не передать им свой замысел?

Ритуал прощания.

Фотографирование группы в момент выполнения упражнений и обсуждение в конце занятия чувств и эмоций по фотографиям.

Консультация 10.

«Угадай эмоцию»

Цель: создать условия для развития образа «Я» младших школьников.

Задачи:

1. Развитие навыков самопрезентации;
2. Выстраивать доброжелательные взаимоотношения с окружающими.
3. Расширение знаний о себе, своем внутреннем мире, чувствах.

Дидактический материал: фотографии и пиктограммы с эмоциями людей, презентация, пазл изображений эмоций.

Ход занятия:

1. Ритуал начала занятия.

- Ребята, посмотрите в окно, там светит солнышко и улыбается нам, щекоча нас своими лучиками. И у нас в классе есть солнышко. Посмотрите, какое оно красивое. (внимание детей на доску, где есть рисунок солнышка).

- Давайте улыбнемся ему, друг другу, и нам станет теплее. А теперь представим себе, что ваши ладошки — это зеркальце. Посмотрите в него, улыбнитесь себе, и вам станет уютнее.

2. Фототерапия. Беседа.

- Сегодня мы поговорим о настроении, вспомним, какие бывают эмоции, поговорим о культуре эмоций и чувств. А также будем учиться управлять своими эмоциями и чувствами, т.е. воспитывать в себе эмоциональную культуру.

- Что такое эмоции? (Короткие душевные переживания)

- Что такое чувства? (Длительные душевные переживания)

- Какие вы знаете эмоции и чувства? (Радость, грусть, обида, удивление, вина, интерес, гнев, отвращение, страх, презрение, стыд)

- С помощью чего люди выражают свои эмоции и чувства? (Мимики, жестов, интонации)

Игра «Угадай эмоцию по интонации»

На карточках написаны названия эмоций. Дети по одному, молча, читают карточку с названием эмоции и произносят вслух фразу «Завтра каникулы» с эмоциональной окраской. Остальные должны угадать эмоцию.

«Собери эмоцию»

- Ребята, сейчас я каждому из вас раздам половинки карточек с изображениями различных эмоций. Вы под музыку будете свободно передвигаться по ковру, держа каждый свою половинку. Как только музыка останавливается, вы должны найти себе среди ребят пару так, чтобы ваши половинки образовали целую картинку.

- Молодцы, давайте назовем, какие эмоции у вас нарисованы.

- Кто всех быстрее нашел свою пару? Кто ошибся? Кому было трудно выполнить задание?

Этюд «Теремок»

- Сейчас мы попробуем с помощью слов, мимики и жестов выразить различные эмоции. Для этого разыграем сказку «Теремок». В этой сказке все персонажи будут разные. Мышка - грустная, лягушка - веселая, зайка всех боится, лиса - любопытная, волк - злой, медведь - удивленный. Конец сказки - другой. Мишка не будет ломать теремок, а попросит зверей: «Пустите меня в теремок». И звери его пустят. Давайте сначала попробуем, получается ли вам сыграть роли этих сказочных персонажей.

Разыгрывается этюд.

- Какие эмоции вы испытывали, разыгрывая сказку? Кому понравилось играть?

- Кому было трудно сыграть свою роль? Что было сделать особенно тяжело? У кого лучше всех получилось?

- Что вы чувствовали, когда обращались за помощью?

- Вам приятно было оказывать помощь, пускать к себе в теремок новых друзей?

- Скажите мне, а в жизни вы помогаете своим одноклассникам?

- А как часто вам самим приходится обращаться за помощью?

Аппликация

- У вас на партах лежат конверты, в каждом конверте находится фотография, на которой изображен человек с той или иной эмоцией, но она разрезана на несколько кусочков. Вам нужно собрать из этих кусочков единую фотографию.

- Сложно ли было выполнять задание?

- Какие эмоции у вас получились?

3. Рефлексия.

Упражнение «Спаси птенца»

- Представьте, что у вас в руках маленький беспомощный птенец. Вытяните руки ладонями вверх. А теперь согрейте его. Медленно по одному пальчику сложите ладонь, спрячьте в нее птенца, подышите на него, согревая своим ровным, спокойным дыханием, приложите ладони к своей груди, отдайте птенцу доброту своего сердца и тепло дыхания. Раскройте ладонь, и вы увидите, что птенец радостно взлетел, улыбнитесь ему и не грустите, он еще прилетит к вам.

Консультация 11.

Ассоциативно-ролевой портрет

Цель: создание условий для развития адекватной позитивной самооценки младших школьников.

Задачи:

1. Развитие умения устанавливать контакт со своими сверстниками;
2. Раскрытие своих качеств с помощью мнения одноклассников.
3. Совершенствование сильных сторон личности, проработка недостатков.

Ход занятия.

1. Ритуал начала занятия

«Копирование движений»

Участники встают в круг. Выбирается водящий, который временно выходит за дверь. Без него группа определяет участника, чьи движения будут копироваться. Тот начинает делать какое-то несложное упражнение (наклоны, движения руками, вращения головой и т. п.), группа копирует это движение. Водящий возвращается и внимательно наблюдает за действиями группы. Каждые 10–15 секунд участник, упражнение которого копируется, меняет выполняемое движение, и вслед за ним новое движение начинают воспроизводить остальные участники. Задача водящего – понять, за кем группа повторяет упражнения.

2. Фототерапия

Упражнение «Взгляды»

Все закрывают глаза. По команде психолога, открыв глаза, надо одними глазами установить контакт с кем-нибудь из группы. Если это не получилось с первого раза – попробовать еще.

Упражнение «Встаньте с мест»

Участники сидят в кругу. Ведущий называет любое число (не должно превышать количество участников), остальные должны одновременно, не сговариваясь, подняться в количестве соответствующему названому числу.

Упражнение «Все мы»

«Все мы» – это ассоциативно-ролевой портрет участников, всех тех, кто собрался в группе. Он покажет, как каждый видит себя. Один участник выходит. Психолог просит каждого участника сказать об ушедшем что-нибудь приятное, показывая им фотографию. Это записывается. Затем участник входит. Психолог говорит, например: «Пока вы отсутствовали, мы случайно завели о вас разговор. Не поверите, как много приятного о вас было сказано. Один сказал...» Участник должен отгадать, кто что сказал и почему.

«Рисунки тела»

Каждый рисует на листе свой силуэт, разделяя его на разные части тела. Далее дети раскрашивают свои контуры как можно ближе к реальности, при этом каждую часть тела выделяя цветом в зависимости от того, нравится им эта часть или нет.

3. Рефлексия

Изображения становятся основой для обсуждения: «Есть ли явно преувеличенные области? Пропущенные? О чем говорит цвет? Что чувствует человек по отношению к своему рисунку? Как он себя видит? Почему?»

Ритуал прощания.

Фотографирование участников со своими силуэтами.

Домашнее задание: Каждому участнику необходимо придумать, с каким животным, супергероем, героем мультфильма, персонажем он себя ассоциирует (сообщить психологу заранее, чтобы подготовить карточки).

Консультация 12.

Фотоаквагрим

Цель: создание условий для развития принятия себя младших школьников.

Задачи:

1. Развитие умения слышать, видеть, замечать, понимать себя;
2. Формирование навыков осмысленного трактования своих действий.
3. Развитие умения соотносить зрительные образы, сравнивать, выделять общие признаки.

Дидактический материал: аквагрим, карточки с выбранными образами.

Ход занятия.

1. Ритуал начала занятия.

Участники изображают клавиатуру «пишущей машинки». Так как количество ребят в группе меньше количества букв в алфавите, каждому достается несколько букв. Психолог диктует фразы, которые участники будут печатать голосом — когда встречается их буква, громко произнося ее. После явного снижения внимания участников к упражнению проводится рефлексивная минутка, где участники делятся трудностями исполнения фразы.

2. Фототерапия

Упражнение «Стеклянная дверь»

Участники разбиваются на пары путем перемешивания и вытягивания фотографий рандомно. Ведущий дает инструкцию: «Представьте себе, что вы садитесь в школьный автобус. Один из вас успел зайти внутрь, а второй - нет, когда двери закрылись. Вы оказались разделены стеклянными дверями. Слышать друг друга вы уже не можете, но прекрасно видите друга. Тот, кто остался на остановке, хочет сообщить другому о времени и месте следующей встречи. На это есть 15 секунд - потом автобус уйдет». Участники становятся лицом друг к другу на расстоянии 1,5 – 2 метра, ведущий дает команду: «Двери закрываются», участники «разговаривают» сквозь них, через 15- 17 секунд психолог говорит: «Автобус уехал!» - общение заканчивается.

«Уехавший» говорит, какой он сделал вывод о времени и месте встречи, а оставшийся на остановке либо соглашается, либо уточняет, что он все – таки имел в виду. Потом участники меняются ролями.

Упражнение развивает эмоциональность и способствует развитию эмпатии в группе. Участники в ходке выполнения этого упражнения убеждаются, как много возможностей для общения существует и без использования речи.

- С помощью чего осуществлялось общение, когда использовать речь было нельзя?

- Легко ли понимать такой «разговор»?

- Трудно ли передавать информацию таким образом?

Фотоаквагрим.

Каждому участнику необходимо придумать, с каким животным, супергероем, героем мультфильма, персонажем он себя ассоциирует (заранее). В начале занятия каждому участнику наносится подсказка-аквагрим. Кроме психолога и самого участника никто не должен знать, какой образ выбран. На занятии показывается фотокарточка с изображением персонажа, и вся группа пытается угадать, соотнести этот образ с реальным человеком, используя подсказки.

3. Рефлексия.

Обсуждение выбранных образов и реальных людей: какие качества, внешние признаки действительно похожи, а какие отличаются? Что помогло угадать человека, а что сбивало?

Ритуал прощания.

Итоговая фотография в гриме всех участников Программы.

Приложение В

Таблица 3 – Общий уровень развития представления о себе
контрольной группы после проведения формирующего эксперимента

№ исп.	Познавательный компонент		Оценочный компонент		Поведенческий компонент		Уровень развития представления о себе
	Методика 20 ответов «Кто Я?» М. Куна и Т. Макпартленда в модификации Т. В. Румянцевой	Методика Р. Р. Калининой «Сюжетные картинки»	Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан	Методика «Лесенка» В. Г. Щур	Методика «Нарисуй себя» А.М. Прихожан и З. Василюскайте		
1	Н	С	Н	Н		С	Н
2	Н	С	Н	С		С	С
3	В	С	Н	В		С	С
4	Н	В	С	Н		Н	С
5	Н	С	Н	С		Н	Н
6	В	В	С	Н		В	С
7	С	С	С	Н		В	С
8	В	В	Н	С		С	С
9	С	С	С	С		Н	С
10	С	С	С	Н		В	С
11	С	С	Н	С		Н	С
12	В	С	С	С		В	В
13	С	С	Н	В		Н	С
14	Н	С	Н	С		Н	С
15	С	С	Н	С		С	С
16	В	С	Н	В		С	С
17	В	С	Н	С		С	С
18	Н	С	Н	С		Н	Н
19	В	С	Н	С		Н	С

Н – низкий уровень;

С – средний уровень;

В – высокий уровень.

Приложение В

Таблица 4 – Общий уровень развития представления о себе
экспериментальной группы после проведения формирующего эксперимента

№ исп.	Познавательный компонент		Оценочный компонент		Поведенческий компонент		Уровень развития представления о себе
	Методика 20 ответов «Кто Я?» М. Куна и Т. Макпартленда в модификации Т. В. Румянцевой	Методика Р. Р. Калининой «Сюжетные картинки»	Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан	Методика «Лесенка» В. Г. Щур	Методика «Нарисуй себя» А.М. Прихожан и З. Василюскайте		
1	В	В	С	С		В	В
2	В	В	В	В		С	В
3	С	С	В	В		В	В
4	С	В	С	В		В	В
5	В	С	В	С		С	В
6	Н	В	С	С		В	В
7	С	В	Н	В		С	С
8	В	В	В	С		С	В
9	С	С	В	С		В	С
10	С	В	С	С		С	С
11	В	С	Н	В		С	С
12	С	В	С	С		В	С
13	В	С	С	С		В	В
14	С	В	С	С		С	С
15	В	В	С	В		В	В
16	В	С	В	В		С	В
17	В	В	В	С		С	В
18	В	В	С	В		В	В
19	В	С	В	В		В	В

Н – низкий уровень;

С – средний уровень;

В – высокий уровень.

Приложение Г

Оценка достоверности сдвига в значениях исследуемого признака

С целью сравнения уровней развития представления о себе младших школьников до и после проведения формирующего эксперимента мы применили метод оценки достоверности сдвига в значениях исследуемого признака. Экспериментальные данные измерены до и после эксперимента на одной и той же выборке испытуемых, поэтому мы используем Т-критерий Уилкоксона.

Определим гипотезы:

H₀: Достоверных сдвигов по уровню развития представления о себе младших школьников в большую сторону ранговых значений не существует.

H₁: Достоверные сдвиги по уровню развития представления о себе младших школьников в большую сторону ранговых значений существуют.

Таблица 5 – Расчёт Т-критерия при сопоставлении уровней развития представления о себе в экспериментальной группе до и после эксперимента

№ испытуемого	t _{до} (до формирующего эксперимента)	t _{после} (после формирующего эксперимента)	Разность (t _{до} -t _{после})	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
1	2	3	1	1	10,5
2	2	3	1	1	10,5
3	2	3	1	1	10,5
4	2	3	1	1	10,5
5	2	3	1	1	10,5

6	2	3	1	1	10,5
7	2	2	0	0	4
8	2	3	1	1	10,5
9	1	2	1	1	10,5
10	1	2	1	1	10,5
11	2	2	0	0	4
12	1	2	1	1	10,5
13	2	3	1	1	10,5
14	1	2	1	1	10,5
15	2	3	1	1	10,5
16	2	3	1	1	10,5
17	2	3	1	1	10,5
18	2	3	1	1	10,5
19	1	3	2	2	14
Сумма					$\Sigma=190$

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=190$. Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+19)19}{2} = 190$$

$190 = 190$, значит, ранжирование проведено правильно. Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T_{\text{эмп}} = \sum R_t = 0$$

По таблице Приложения находим критические значения для Т-критерия Уилкоксона для $n=19$:

$$T_{\text{кр}} = 37 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{\text{кр}} = 53 \quad (p \leq 0.05)$$

Если $T_{\text{эмп}} > T_{\text{кр}}$, то принимаем H_0 и отвергаем H_1

Если $T_{эмп} \leq T_{кр}$, то принимаем H_1 и отвергаем H_0

В данном случае эмпирическое значение T попадает в зону значимости: $T_{эмп} < T_{кр}$ (0,01). Следовательно, в результате применения метода оценки достоверности принимается гипотеза H_1 на 99% уровне достоверности. Достоверное различие в уровнях развития представления о себе до и после проведения эксперимента существует ($p \leq 0.01$).

Таким образом, выявлены высоко достоверные различия между уровнями развития представления о себе до и после проведения эксперимента.

Приложение Д

Таблица 6 – Уровень развития «Образа Я» по тесту «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленд в модификации Т. В. Румянцевой на этапе констатирующего эксперимента (1, 2 группа)

Группа	№ испытуемого	Внешние характеристики	Личностные качества	Социальная позиция	Положение в семье	Увлеченная	Уровень развития «Образа Я»
Группа 1	1	5	2	1	0	0	Средний
	2	6	1	1	1	1	Средний
	3	6	2	0	0	0	Средний
	4	3	2	0	1	0	Низкий
	5	5	1	2	1	1	Средний
	6	4	1	0	0	0	Низкий
	7	2	1	3	1	0	Низкий
	8	9	1	3	0	0	Высокий
	9	5	1	0	0	0	Низкий
	10	4	0	0	1	0	Низкий
	11	6	5	1	1	1	Высокий
	12	5	3	0	0	1	Средний
	13	6	4	3	0	0	Высокий
	14	5	1	0	0	2	Средний
	15	5	4	0	1	0	Средний
	16	4	2	0	2	1	Средний
	17	6	5	1	1	0	Высокий
	18	6	1	3	1	0	Средний
	19	5	0	1	0	0	Низкий
Группа 2	20	6	2	1	2	1	Средний
	21	5	3	4	0	2	Высокий
	22	5	2	3	2	2	Высокий
	23	3	2	1	0	0	Низкий
	24	6	4	1	1	1	Высокий
	25	4	2	0	0	0	Низкий
	26	2	4	2	1	1	Средний
	27	5	4	1	2	1	Высокий
	28	6	5	2	1	1	Высокий
	29	4	1	0	1	0	Низкий
	30	9	0	0	1	2	Средний
	31	5	3	0	1	1	Средний
	32	5	1	2	1	0	Средний
	33	6	5	1	1	1	Высокий
	34	5	3	0	0	1	Средний
	35	6	0	0	0	0	Низкий
	36	5	1	2	1	1	Средний

	37	5	0	0	0	0	Низкий
	38	4	3	0	2	1	Средний

Приложение Д

Таблица 7 – Уровень развития «Образа Я» по методике Р. Р. Калининой
«Сюжетные картинки» на этапе констатирующего эксперимента (1, 2 группа)

Группа	№ испытуемого	Сюжетная картинка № 1	Сюжетная картинка № 2	Сюжетная картинка № 3	Сюжетная картинка № 4	Сюжетная картинка № 5	средний балл	Уровень развития «Образа Я»
Группа 1	1	3	3	1	2	2	2	Средний
	2	2	2	2	2	2	2	Средний
	3	3	3	1	2	2	2	Средний
	4	3	3	2	3	3	3	Высокий
	5	3	2	2	2	3	2	Средний
	6	3	3	3	3	3	3	Высокий
	7	3	3	2	2	2	2	Средний
	8	3	3	2	3	3	3	Высокий
	9	2	3	2	2	2	2	Средний
	10	2	3	1	3	3	2	Средний
	11	2	2	2	2	2	2	Средний
	12	2	2	1	2	2	2	Средний
	13	3	3	1	2	3	2	Средний
	14	3	2	2	3	2	2	Средний
	15	3	3	1	1	2	2	Средний
	16	2	2	1	2	3	2	Средний
	17	3	3	1	3	2	2	Средний
	18	2	2	2	2	2	2	Средний
	19	2	2	1	1	2	2	Средний
Группа 2	20	2	3	3	3	3	3	Высокий
	21	3	3	1	2	2	2	Средний
	22	3	3	1	2	2	2	Средний
	23	2	2	1	3	2	2	Средний
	24	3	3	2	2	2	2	Средний
	25	3	2	2	3	3	3	Высокий
	26	3	3	2	3	2	3	Высокий
	27	2	3	2	3	3	3	Высокий
	28	3	3	2	3	3	3	Высокий
	29	3	3	2	3	3	3	Высокий
	30	2	2	1	2	2	2	Средний
	31	2	1	2	2	3	2	Средний
	32	3	3	2	3	2	3	Высокий
	33	3	2	2	3	2	2	Средний
	34	3	2	1	3	2	2	Средний
	35	3	2	1	2	3	2	Средний
	36	3	3	2	3	3	3	Высокий
	37	3	1	3	3	3	3	Высокий
	38	3	3	2	3	3	3	Высокий

Приложение Д

Таблица 9 – Количественная характеристика актуального уровня самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан на этапе констатирующего эксперимента (1, 2 группа)

Группа	№ испытуемого	Характер	Ум	способности	Авторитет	Внешность	Уверенность	Средний балл
Группа 1	1	56	94	54	93	78	81	76
	2	88	77	78	90	70	63	78
	3	90	90	50	76	92	92	82
	4	7	8	14	18	92	50	31
	5	89	61	78	62	90	86	78
	6	90	80	93	89	91	99	90
	7	44	21	48	0	47	5	82
	8	88	97	97	80	99	72	87
	9	80	66	100	85	90	94	86
	10	77	96	90	99	100	100	94
	11	84	60	28	64	63	94	66
	12	97	97	97	6	97	0	66
	13	76	89	70	45	92	72	74
	14	86	90	92	89	99	98	92
	15	97	65	60	73	55	79	72
	16	86	87	83	84	90	87	86
	17	80	68	98	80	97	85	85
	18	84	48	76	72	85	46	69
	19	96	83	88	48	85	85	81
Группа	20	50	47	54	90	87	50	63

2	21	78	50	50	70	74	78	67
	22	78	69	77	99	100	99	87
	23	93	68	68	50	47	67	66
	24	80	90	98	36	94	100	83
	25	98	70	87	85	94	93	88
	26	46	48	29	48	49	49	45
	27	91	99	80	81	80	83	86
	28	96	76	96	97	98	96	93
	29	45	47	3	98	45	10	41
	30	58	60	39	67	70	99	66
	31	97	95	96	97	98	97	97
	32	96	98	85	94	93	92	93
	33	87	98	98	97	97	99	96
	34	59	60	58	50	48	67	57
	35	50	60	94	85	79	99	78
	36	80	90	97	87	99	97	92
	37	80	70	67	70	60	86	72
	38	68	44	10	50	68	97	56

Приложение Д

Таблица 10 – Актуальный уровень развития притязаний и самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн на этапе констатирующего эксперимента (1, 2 группа)

Группа	№ испытуемого	Средний балл уровня притязаний	Средний балл уровня самооценки по первой методике	Оценивание результата в баллах	Уровень развития притязаний и самооценки
Группа 1	1	100	76	1	Низкий
	2	100	78	1	Низкий
	3	100	82	1	Низкий
	4	96	31	1	Низкий
	5	96	78	1	Низкий
	6	99	90	1	Низкий
	7	97	82	1	Низкий
	8	98	87	1	Низкий
	9	100	86	1	Низкий
	10	99	94	1	Низкий
	11	83	66	3	Высокий
	12	66	66	3	Высокий
	13	100	74	2	Средний
	14	100	92	1	Низкий
	15	100	72	2	Средний
	16	100	86	1	Низкий
	17	100	85	1	Низкий
	18	98	69	2	Средний
	19	100	81	1	Низкий
Группа 2	20	100	63	2	Средний
	21	100	67	2	Средний
	22	100	87	1	Низкий
	23	99	66	2	Средний
	24	100	83	1	Низкий
	25	100	88	1	Низкий
	26	100	45	2	Средний
	27	100	86	1	Низкий
	28	99	93	1	Низкий
	29	100	41	1	Низкий
	30	100	66	2	Средний
	31	97	97	1	Низкий
	32	100	93	1	Низкий
	33	96	96	1	Низкий
	34	100	57	2	Средний
	35	100	78	1	Низкий

	36	100	92	1	Низкий
	37	100	72	2	Средний
	38	100	56	2	Средний

Приложение Д

Таблица 11 – Актуальный уровень развития самооценки младших школьников по методике «Лесенка» В. Г. Щур на этапе констатирующего эксперимента (1, 2 группа)

Группа	№ испытуемого	Высота ступеньки	Уровень развития самооценки
Группа 1	1	7	Низкий
	2	5	Средний
	3	5	Средний
	4	4	Высокий
	5	5	Средний
	6	5	Средний
	7	4	Высокий
	8	6	Средний
	9	7	Низкий
	10	6	Средний
	11	4	Высокий
	12	7	Низкий
	13	6	Средний
	14	7	Низкий
	15	7	Низкий
	16	6	Средний
	17	6	Средний
	18	7	Низкий
	19	6	Средний
Группа 2	20	5	Средний
	21	4	Высокий
	22	6	Средний
	23	5	Средний
	24	4	Высокий
	25	6	Средний
	26	5	Средний
	27	6	Средний
	28	6	Средний
	29	1	Низкий
	30	5	Средний
	31	7	Низкий
	32	6	Средний
	33	7	Низкий
	34	5	Средний
	35	5	Средний
	36	7	Низкий
	37	5	Средний
	38	5	Средний

Приложение Д

Таблица 12 – Актуальный уровень развития принятия себя младших школьников по методике «Нарисуй себя» А.М. Прихожан и З. Василюскайте на этапе констатирующего эксперимента (1, 2 группа)

Группа	№ испытуемого	наличие всех основных деталей	есть несколько дополнительных деталей	представленность фигурки в движении	размер «автопортрета»	цвета	расположение рисунка	отсутствие перечеркиваний	Общий балл	Уровень развития принятия себя
Группа 1	1	+	+	+	+	+	+	-	6	Высокий
	2	+	+	+	-	-	+	-	4	Средний
	3	+	+	+	+	+	+	+	7	Высокий
	4	+	+	-	+	+	-	-	4	Средний
	5	+	+	-	+	-	-	+	4	Средний
	6	+	+	+	+	+	+	+	7	Высокий
	7	+	+	-	+	+	+	-	5	Средний
	8	+	+	-	+	+	+	-	5	Средний
	9	+	+	-	-	-	-	-	2	Низкий
	10	+	-	-	-	-	-	-	1	Низкий
	11	+	-	-	-	-	-	-	1	Низкий
	12	-	-	-	-	-	-	-	0	Низкий
	13	+	+	-	-	-	+	+	4	Средний
	14	+	+	+	+	+	+	+	7	Высокий
	15	+	+	-	-	-	-	-	2	Низкий
	16	+	+	+	+	+	+	+	7	Высокий
	17	+	+	+	+	+	+	+	7	Высокий

Приложение Д

Таблица 13 – Уровень развития «Образа Я» по тесту «Кто Я?» М. Куна, Т.

Макпартленд в модификации Т. В. Румянцевой после формирующего эксперимента (контрольная и экспериментальная группы)

Группа	№ испытуемого	Внешние характеристики	Личностные качества	Социальная позиция	Положение в семье	Увлечения	Уровень развития «Образа Я»
Контрольная группа	1	4	1	0	0	0	Н
	2	2	1	3	1	0	Н
	3	9	1	3	0	0	В
	4	5	1	0	0	0	Н
	5	4	0	0	1	0	Н
	6	6	5	1	1	1	В
	7	5	3	0	0	1	С
	8	6	4	3	0	0	В
	9	5	1	0	0	2	С
	10	5	4	0	1	0	С
	11	4	2	0	2	1	С
	12	6	5	1	1	0	В
	13	6	1	3	1	0	С
	14	5	0	1	0	0	Н
	15	6	2	1	2	1	С
	16	5	3	4	0	2	В
	17	5	2	3	2	2	В
	18	3	2	1	0	0	Н
	19	6	4	1	1	1	В
Экспериментальная группа	20	6	4	2	1	1	В
	21	6	3	1	1	1	В
	22	7	2	0	1	1	С
	23	5	4	0	1	0	С
	24	5	5	2	2	1	В
	25	4	2	0	1	0	Н
	26	6	3	3	1	0	С
	27	9	1	3	1	1	В
	28	5	2	2	0	1	С
	29	4	4	0	1	0	С
	30	6	5	2	1	1	В
	31	5	4	2	0	1	С
	32	6	4	3	1	0	В
	33	5	3	1	0	2	С
	34	5	4	3	1	1	В

	35	4	5	1	2	2	В
	36	6	5	1	1	0	В
	37	6	5	3	1	1	В
	38	7	4	1	1	0	В

Н – низкий уровень;

С – средний уровень;

В – высокий уровень.

Приложение Д

Таблица 14 – Уровень развития «Образа Я» по методике Р. Р. Калининой
«Сюжетные картинки» после проведения формирующего эксперимента
(контрольная и экспериментальная группы)

Группа	№ испытуемого	Сюжетная картинка № 1	Сюжетная картинка № 2	Сюжетная картинка № 3	Сюжетная картинка № 4	Сюжетная картинка № 5	средний балл	Уровень развития «Образа Я»
Контрольная группа	1	3	3	1	2	2	2	С
	2	2	2	2	2	2	2	С
	3	3	3	1	2	2	2	С
	4	3	3	2	3	3	3	В
	5	3	2	2	2	3	2	С
	6	3	3	3	3	3	3	В
	7	3	3	2	2	2	2	С
	8	3	3	2	3	3	3	В
	9	2	3	2	2	2	2	С
	10	2	3	1	3	3	2	С
	11	2	2	2	2	2	2	С
	12	2	2	1	2	2	2	С
	13	3	3	1	2	3	2	С
	14	3	2	2	3	2	2	С
	15	3	3	1	1	2	2	С
	16	2	2	1	2	3	2	С
	17	3	3	1	3	2	2	С
	18	2	2	2	2	2	2	С
	19	2	2	1	1	2	2	С
Экспериментальная группа	20	3	3	2	3	3	2	В
	21	3	2	3	2	3	2	В
	22	3	3	1	2	2	2	С
	23	3	3	2	3	3	3	В
	24	3	2	2	2	3	2	С
	25	3	3	3	3	3	3	В
	26	3	3	3	2	2	2	В
	27	3	3	2	3	3	3	В
	28	2	3	2	2	2	2	С
	29	3	3	1	3	3	3	В
	30	2	2	2	2	2	2	С
	31	2	2	3	2	3	3	В
	32	3	3	1	2	3	2	С
	33	3	2	2	3	2	3	В
	34	3	3	1	2	3	3	В

	35	2	2	1	2	3	2	С
	36	3	3	1	3	3	3	В
	37	3	3	2	3	2	2	В
	38	3	2	1	1	2	2	С

Н – низкий уровень;

С – средний уровень;

В – высокий уровень.

Экспериментальная группа	20	56	94	54	93	78	81	76
	21	88	77	78	90	70	63	78
	22	90	90	50	76	92	92	82
	23	44	21	48	0	47	50	82
	24	89	61	78	62	90	86	78
	25	90	80	93	89	91	99	90
	26	44	21	48	0	47	50	82
	27	88	97	97	80	99	72	87
	28	80	66	100	85	90	94	86
	29	77	96	90	99	100	100	94
	30	84	60	28	64	63	94	66
	31	97	97	97	6	97	0	66
	32	76	89	70	45	92	72	74
	33	86	90	92	89	99	98	92
	34	97	65	60	73	55	79	72
	35	86	87	83	84	90	87	86
	36	80	68	98	80	97	85	85
	37	84	48	76	72	85	46	69
	38	96	83	88	48	85	85	81

Приложение Д

Таблица 16 – Количественная характеристика уровня самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан после проведения формирующего эксперимента (контрольная и экспериментальная группы)

Группа	№ испытуемого	Характер	УМ	способности	Авторитет	Внешность	Уверенность	Средний балл
Контрольная группа	1	86	87	83	84	90	87	86
	2	80	68	98	80	97	85	85
	3	84	48	76	72	85	46	69
	4	96	83	88	48	85	85	81
	5	50	47	54	90	87	50	63
	6	78	50	50	70	74	78	67
	7	78	69	77	99	100	99	87
	8	93	68	68	50	47	67	66
	9	80	90	98	36	94	100	83
	10	98	70	87	85	94	93	88
	11	46	48	29	48	49	49	45
	12	91	99	80	81	80	83	86
	13	96	76	96	97	98	96	93
	14	45	47	3	98	45	10	41
	15	58	60	39	67	70	99	66
	16	97	95	96	97	98	97	97
	17	96	98	85	94	93	92	93
	18	87	98	98	97	97	99	96
	19	59	60	58	50	48	67	57

Экспертная группа	20	50	80	50	80	60	70	65
	21	80	70	70	90	70	60	73
	22	80	79	50	70	80	80	73
	23	70	80	60	30	90	50	63
	24	80	60	70	60	90	80	73
	25	90	80	90	80	80	70	81
	26	40	20	40	0	40	50	32
	27	80	90	90	80	90	70	83
	28	80	60	89	80	70	80	77
	29	60	80	80	80	80	80	77
	30	80	50	20	50	50	50	50
	31	60	60	60	60	60	60	60
	32	70	80	60	40	90	70	68
	33	80	90	90	80	90	90	87
	34	90	60	60	70	50	70	67
	35	80	80	80	80	90	80	82
	36	80	60	90	80	90	80	80
	37	80	40	70	70	70	40	62
	38	90	80	80	40	80	80	83

Приложение Д

Таблица 17 – Уровень развития притязаний и самооценки младших школьников по методике Дембо-Рубинштейн после проведения формирующего эксперимента (контрольная и экспериментальная группы)

Группа	№ испытуемого	Средний балл уровня притязаний	Средний балл уровня самооценки по первой методике	Оценивание результатов в баллах	Уровень развития притязаний и самооценки
Контрольная группа	1	100	86	1	Н
	2	100	85	1	Н
	3	100	69	1	Н
	4	96	81	2	С
	5	96	63	1	Н
	6	99	67	2	С
	7	97	87	2	С
	8	98	66	1	Н
	9	100	83	2	С
	10	99	88	2	С
	11	83	45	1	Н
	12	66	86	2	С
	13	100	93	1	Н
	14	100	41	1	Н
	15	100	66	1	Н
	16	100	97	1	Н
	17	100	93	1	Н
	18	98	96	1	Н
	19	100	57	1	Н
Экспериментальная группа	20	76	65	2	С
	21	78	73	3	В
	22	82	73	3	В
	23	82	63	2	С
	24	78	73	3	В
	25	90	81	2	С
	26	82	32	1	Н
	27	87	83	3	В
	28	86	77	3	В
	29	94	77	2	С
	30	66	50	1	Н
	31	66	60	2	С
	32	74	68	2	С
	33	92	87	2	С
	34	72	67	2	С
	35	86	82	3	В

	36	85	80	3	В
	37	69	62	2	С
	38	81	83	3	В

Н – низкий уровень;

С – средний уровень;

В – высокий уровень.

Приложение Д

Таблица 18 – Уровень развития самооценки по методике «Лесенка»
(составитель В. Г. Щур) после проведения формирующего эксперимента
(контрольная и экспериментальная группы)

Группа	№ испытуемого	Высота ступеньки	Уровень развития самооценки
Контрольная группа	20	7	Низкий
	21	6	Средний
	22	4	Высокий
	23	7	Низкий
	24	6	Средний
	25	7	Низкий
	26	7	Низкий
	27	6	Средний
	28	6	Средний
	29	7	Низкий
	30	6	Средний
	31	5	Средний
	32	4	Высокий
	33	6	Средний
	34	5	Средний
	35	4	Высокий
	36	6	Средний
	37	5	Средний
38	6	Средний	
Экспериментальная группа	1	5	Средний
	2	4	Высокий
	3	4	Высокий
	4	4	Высокий
	5	5	Средний
	6	5	Средний
	7	4	Высокий
	8	6	Средний
	9	5	Средний
	10	5	Средний
	11	4	Высокий
	12	5	Средний
	13	5	Средний
	14	5	Средний
	15	4	Высокий
	16	4	Высокий
	17	5	Средний
	18	4	Высокий
	19	4	Высокий

Приложение Д

Таблица 19 – Уровень развития принятия себя по методике «Нарисуй себя»

А.М. Прихожан и З. Василюскайте после проведения формирующего эксперимента (контрольная и экспериментальная группы)

Группа	№ испытуемого	Наличие всех основных деталей	есть несколько дополнительных деталей	представленность фигурки в движении	размер «авторетра»	цвета	расположение рисунка	отсутствие перечеркнутых	Общий балл	Уровень развития принятия себя
Контрольная группа	1	+	+	-	-	+	+	-	4	С
	2	+	+	+	+	+	+	-	6	В
	3	+	-	-	+	-	+	+	4	С
	4	+	+	-	-	+	+	-	4	С
	5	+	+	-	+	+	-	-	4	С
	6	+	+	-	+	+	+	+	6	В
	7	+	+	-	+	+	-	+	5	С
	9	+	+	-	+	+	+	-	5	С
	9	+	+	-	+	+	+	+	6	В
	10	+	+	-	-	+	+	+	6	В
	11	+	+	-	-	+	+	-	4	С
	12	-	+	-	+	-	+	-	3	Н
	13	+	+	-	+	-	+	+	5	С
	14	+	-	-	-	+	-	-	2	Н
	15	+	-	-	-	+	+	-	3	Н
	16	+	+	-	+	+	+	-	4	С
	17	+	+	-	+	+	+	-	6	В
	18	-	+	-	-	+	+	+	4	С
	19	-	-	-	-	-	-	-	0	Н
Экспериментальная группа	20	+	+	+	+	+	+	-	6	В
	21	+	+	+	-	-	+	-	4	С
	22	+	+	+	+	+	+	+	7	В
	23	+	+	-	+	+	-	-	4	С
	24	+	+	-	+	-	-	+	4	С
	25	+	+	+	+	+	+	+	7	В
	26	+	+	-	+	+	+	-	5	С
	27	+	+	-	+	+	+	-	5	С
	28	+	+	-	-	-	-	-	2	Н
	29	+	-	-	-	-	-	-	1	Н
	30	+	-	-	-	-	-	-	1	Н
	31	-	-	-	-	-	-	-	0	Н
	32	+	+	-	-	-	+	+	4	С

	33	+	+	+	+	+	+	+	7	В
	34	+	+	-	-	-	-	-	2	Н
	35	+	+	+	+	+	+	+	7	В
	36	+	+	+	+	+	+	+	7	В
	37	+	+	-	-	+	-	+	4	С
	38	-	-	-	-	+	+	-	2	Н

Н – низкий уровень;

С – средний уровень;

В – высокий уровень.