

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 музыкально-художественного образования

**Каберская Лилия Анатольевна**

**МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ**

Тема: Формирование адекватной самооценки младших подростков с ограниченными возможностями здоровья в процессе изобразительной деятельности

Направление подготовки: 44.04.01 Педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы: Артпедагогика

Допущена к защите  
Заведующий кафедрой

к.пед.н., доцент Л.А.Маковец

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

6.12.2024г. 

(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

к.пед.н., доцент Л.А.Маковец

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

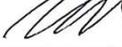
6.12.2024г. 

(дата, подпись)

Научный руководитель

к.пед.н., доцент Дуда И.В

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

6.12.2024г. 

(дата, подпись)

Магистрант

Л.А. Каберская

(фамилия, инициалы)

(дата, подпись)

Красноярск, 2024

## Реферат

Тема исследования: «Формирование адекватной самооценки младших подростков с ограниченными возможностями здоровья в процессе изобразительной деятельности».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментальным путём проверить эффективность программы, направленной на формирование адекватной самооценки подростков с ОВЗ в процессе изобразительной деятельности.

Объект исследования: процесс формирования адекватной самооценки подростков с ОВЗ.

Предмет исследования: программа по изобразительной деятельности, направленная на формирование адекватной самооценки подростков с ОВЗ

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что программа по изобразительной деятельности будет способствовать формированию адекватной самооценки подростков с ОВЗ, если:

- содержание занятий будет направлено на положительное восприятие подростком своего «Я», повышение уровня устойчивости самооценки;
- содержание занятий будет направлено на знакомство подростков с широким спектром различного материала по изобразительному искусству, который позволит им выполнять работы в разнообразных техниках;
- будут учтены индивидуальные особенности каждого ребёнка и обеспечен индивидуальный подход на занятиях.

Задачи исследования:

- проанализировать литературу по проблеме исследования;
- изучить особенности формирования самооценки подростков с ОВЗ;
- определить способы формирования самооценки подростков с ОВЗ;
- выявить актуальный уровень самооценки подростков с ОВЗ;
- разработать и реализовать программу по изобразительной деятельности, направленную на формирование адекватной самооценки подростков с ОВЗ;
- проследить динамику изменений до и после формирующего эксперимента;

- проверить методом обработки данных достоверность исследования.

В работе были применены следующие методы:

- теоретические: изучение и анализ методической литературы и нормативных документов, сравнение, обобщение, выводы;
- эмпирические: наблюдение, опрос, беседа, анкетирование;
- статистические: методы количественного и качественного анализа результатов.

Исследование проводилось на базе Комплексного центра социального обслуживания населения (КЦСОН) «Сосновоборский» г. Сосновоборска, отделения детской реабилитации. В исследовании приняли участие 15 подростков возрастом от 10 до 13 лет.

Результаты исследования имеют теоретическую и практическую значимость.

Теоретическая значимость заключается в том, что проблема самооценки подростков и в особенности подростков с ОВЗ сегодня очень актуальна, а современных исследований, показывающих эффективность применения методов артпедагогики для формирования самооценки подростков с ОВЗ недостаточно.

Практическая значимость исследований основана на том, что большинство исследователей самооценки подчеркивают важность и необходимость разработки программ, направленных на процесс формирования положительной самооценки в подростковом возрасте. Разработанная в рамках данной работы программа творческих занятий по изобразительному искусству будет опробована на эффективность, и в дальнейшем может рекомендоваться для работы с подростками, и подростками с ОВЗ на базе социальных учреждений, школ и художественных студий.

В введении обозначена тема, актуальность, проблема исследования; выделены объект и предмет исследования; определена цель, гипотеза и задачи научного исследования; подобраны методы и база исследования;

выявлены основные этапы исследования; обоснована теоретическая и практическая значимость исследования.

В первой главе определены теоретические основы формирования самооценки: изучены основные авторские теории и концепции, определены понятия самооценке, изучены особенности формирования самооценки в подростковом возрасте и особенности развития личности подростков с ОВЗ по теме исследования, приведены наиболее эффективные способы формирования адекватной самооценки у подростков с ОВЗ.

Во второй главе представлено описание этапов эмпирического исследования, его результаты и сравнительный анализ актуального уровня самооценки у подростков с ОВЗ до и после формирующего эксперимента. На основании проведенной опытно-экспериментальной работы сформулированы выводы по результатам проведения исследования.

В Заключении подведены итоги научного исследования.

В Приложении собраны таблицы, содержащие данные констатирующего эксперимента и контрольного среза, часть программы формирующего эксперимента, конспекты занятий, фотографии детских работ.

По итогу проведенного исследования были достигнуты следующие результаты: проведен анализ психолого-педагогической и учебно-методической литературы по проблеме исследования; изучен актуальный уровень самооценки у подростков с ОВЗ; разработана и апробирована программа, направленная на формирование адекватной самооценки у подростков с ОВЗ и доказана её эффективность. Таким образом, указанные результаты дают основания утверждать, что выдвинутая в начале исследования гипотеза подтвердилась, цель и задачи исследования достигнуты.

По теме исследования опубликованы две статьи:

- Каберская Л. А. Особенности самооценки у подростков с ОВЗ / Л. А. Каберская. – Текст: непосредственный // Молодой учёный. – 2024. - №40

(539).– С. 147-151. - URL: <https://moluch.ru/arhive/539/118041/> (дата обращения: 14.10.2024);

- Каберская Л. А. Формирование самооценки подростков с ОВЗ средствами изобразительного искусства / Л. А. Каберская. – Текст: непосредственный // Молодой учёный. – 2024. - №40 (539).–С. 151-156. - URL: <https://moluch.ru/arhive/539/118085/> (дата обращения: 14.10.2024)

## **Abstract**

Research topic: “Formation of adequate self-esteem of young adolescents (- also “teenagers”) with disabilities in the process of visual arts activity.”

The aim of the study: to theoretically substantiate and experimentally test the effectiveness of a program aimed at developing adequate self-esteem in adolescents with disabilities in the process of visual arts activity.

Object of the study: the process of forming adequate self-esteem of adolescents with disabilities.

Subject of the study: visual arts activity aimed at developing adequate self-esteem in adolescents with disabilities.

Research hypothesis: we assume that the visual arts program will contribute to the formation of adequate self-esteem in adolescents with disabilities if:

- the content of the classes will be aimed at a teenager’s positive perception of their individual “self”, increasing the level of stability of self-esteem;
- the content of the classes will be aimed at introducing teenagers to a wide range of different materials on visual arts, which will allow them to perform work in a variety of techniques;
- visual arts classes will be based on the unity of cognitive and developmental methods and techniques of work;
- the individual characteristics of each child will be taken into account and an individual approach will be provided during classes.

Research objectives:

- to analyze the literature on the research problem;
- to identify the features of the formation of self-esteem of adolescents with disabilities;
- to determine the ways and methods of forming self-esteem of adolescents with disabilities;
- to identify the current level of self-esteem of adolescents with disabilities;
- to develop and implement a program for visual arts, aimed at developing adequate self-esteem in adolescents with disabilities;

- to test the effectiveness of a program aimed at developing self-esteem in adolescents with disabilities;
- determine the reliability of the study using the data processing method.

The following methods were used in the work:

- theoretical: study and analysis of methodological literature and normative documents, comparison, generalization, conclusions;
- empirical: observation, survey, conversation, questionnaire;
- statistical: methods of quantitative and qualitative analysis of the results.

The study was conducted at the Complex Center for Social Services of the Population (CCSS) "Sosnovoborsky" in Sosnovoborsk, Department of Children's Rehabilitation. The study involved 15 teenagers aged 10 to 13 years.

The results of the study have theoretical and practical significance.

The theoretical significance lies in the fact that the problem of self-esteem of adolescents, and especially adolescents with disabilities, is very relevant today, and there are very few modern studies showing the effectiveness of using art pedagogy methods to form self-esteem of adolescents with disabilities.

The practical significance of the research is based on the fact that most researchers of self-esteem emphasize the importance and necessity of developing programs aimed at the process of forming a positive self-esteem in adolescence.

The program of creative classes in visual arts developed within the framework of this work will be tested for effectiveness, and in the future can be recommended for work with teenagers and teenagers with disabilities on the basis of social institutions, schools and art studios.

In the introduction, the topic, relevance, and problem of the research are defined; the object and subject of the research are highlighted; the aim, hypothesis, and objectives of the scientific research are defined; the methods and basis for the research were selected; the main stages of the research are identified; and the theoretical and practical significance of the research is substantiated.

The first chapter defines the theoretical foundations of self-esteem formation: the main original theories and concepts are studied, the concepts of self-

esteem are defined, the features of self-esteem formation in adolescence and the features of personality development of adolescents with disabilities on the topic of the study are studied, the most effective ways of forming adequate self-esteem in adolescents with disabilities are given.

The second chapter presents a description of the stages of the empirical study, its results and a comparative analysis of the current level of self-esteem in adolescents with disabilities before and after the formative experiment. Based on the conducted experimental work, conclusions on the results of the study are formulated.

The Conclusion summarizes the results of the scientific research.

The Appendix includes tables containing data from the ascertaining experiment and the control cross-section, part of the program of the formative experiment, lesson plans, and photographs of the children's works.

As a result of the conducted research, the following results were achieved: an analysis of psychological and pedagogical sources and educational and methodological literature on the research problem was conducted; the current level of self-esteem of adolescents with disabilities was studied; a program aimed at forming adequate self-esteem in adolescents with disabilities was developed and tested, and its effectiveness was proven. Thus, the indicated results give grounds to assert that the hypothesis put forward at the beginning of the research was confirmed, the aim and objectives of the research were achieved.

Two articles have been published on the topic of the research:

- Kaberskaya L. A. Features of self-esteem in adolescents with disabilities / L. A. Kaberskaya. - Text: direct // Young scientist. - 2024. - No. 40 (539). - P. 147-151. - URL: <https://moluch.ru/arhive/539/118041/> (date of request: 10/14/2024);
- Kaberskaya L. A. Formation of self-esteem of adolescents with disabilities by means of visual arts / L. A. Kaberskaya. - Text: direct // Young scientist. - 2024. - No. 40 (539). - P. 151-156. - URL: <https://moluch.ru/arhive/539/118085/> (date request: 14.10.2024)

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	10
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ С ОВЗ.	
1.1 Сущность понятия «самооценка». Виды самооценки. Структура самооценки.....	15
1.2. Особенности формирования самооценки в подростковом возрасте.....	27
1.3. Особенности развития личности подростков с ограниченными возможностями .....	34
1.4. Изобразительная деятельность как средство формирования самооценки подростков с ОВЗ .....	38
Выводы по главе 1 .....	43
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО КОРРЕКЦИИ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ С ОВЗ.	
2.1. Исследование уровня сформированности самооценки подростков с ограниченными возможностями здоровья .....	46
2.2. Разработка и реализация программы, направленной на формирование самооценки подростков с ограниченными возможностями здоровья .....	54
Выводы по главе 2 .....	65
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	70
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	72
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	78

## Введение

В условиях стремительных социальных и технологических преобразований современного общества вопрос формирования целостной личности приобретает особую значимость. Важнейшим фактором, определяющим путь этого развития, выступает самооценка – сложная многоаспектная психическая структура, оказывающая влияние на все сферы жизни человека. Занимая центральное место в "Я-концепции", самооценка напрямую воздействует не только на формирование индивидуального стиля поведения, уровень активности, вектор личностного роста, характер межличностных отношений, но и, что особенно существенно, на успешность адаптации в обществе [8].

Самооценка представляет собой оценку человеком самого себя, своего места среди других людей, своих качеств и возможностей, своей внешности [16]. Неадекватная самооценка может привести к серьезным проблемам личностного и коммуникативного характера.

Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) выделяет адекватную самооценку в качестве одного из ключевых условий формирования личности, способной к самореализации и высокой социальной мобильности [54].

В Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» особое внимание уделяется формированию личности обучающегося на этапе базового общего образования. Закон подчеркивает необходимость развития культуры межличностного и межэтнического общения, способности к «саморазвитию и личностному самоопределению», формирования «ценностно-смысловых установок и навыков самоанализа», в основе которых лежит самооценка [55].

Статья №5 о государственных гарантиях права на образование подчёркивает необходимость создания условия для получения «качественного образования лицами с ограниченными возможностями

здоровья, а также для коррекции нарушений развития и социальной адаптации».

В «Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России» особое значение придается формированию позитивной и адекватной самооценки как основы гармоничного развития личности и формирования активной гражданской позиции, способности к духовно-нравственному самосовершенствованию, постижению смысла и ценности собственной жизни. [22].

Формирование адекватной самооценки приобретает первостепенное значение в подростковом возрасте, который характеризуется существенными качественными изменениями, оказывающими влияние на все аспекты развития личности. В этот период происходит формирование идентичности, выстраивание представления о себе и развитие способности к объективной и всесторонней оценке собственных способностей и возможностей.

Особую актуальность вопрос формирования и коррекции самооценки приобретает для детей с ограниченными возможностями здоровья. Исследования показывают, что самооценка таких детей существенно отличается от самооценки их здоровых сверстников. Она характеризуется неустойчивостью, противоречивостью и сильной зависимостью от мнения окружающих. Для этой категории детей проблема социальной адаптации и интеграции в общество стоит особенно остро [58].

Изучение формирования самооценки, анализ специфики её формирования является одним из основных и наиболее насущных вопросов в психологии и педагогике и довольно подробно освещается в трудах таких отечественных психологов как: Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, Л.С. Выготского, А.В. Захаровой, И.С. Кона, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, В.В. Столина, И.И. Чесноковой и др. Также внимания заслуживают работы зарубежных педагогов и психологов Р. Бернса, У. Джемса, Ю. Келли и др. [44].

В современном мире артпедагогика признается инновационным методом воспитания и развития личности. Она направлена на раскрытие внутреннего потенциала индивида посредством занятий творчеством и считается одним из наиболее эффективных средств гармонизации душевного состояния ребенка.

Исследования выдающихся ученых, таких как Л.С. Выготский, Е.И. Изотов и Е.В. Никифоров, подтверждают, что творческая деятельность способствует психологической разрядке, коррекции эмоциональных расстройств и повышению самооценки у детей.

Однако между признанием важности формирования адекватной самооценки посредством арт-педагогических методов и недостатком научно-практических рекомендаций в этом направлении существует противоречие. Актуальность данной темы обусловлена необходимостью поиска эффективных способов формирования самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) с целью их успешной социальной интеграции.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментальным путём проверить эффективность программы, направленной на формирование адекватной самооценки подростков с ОВЗ в процессе изобразительной деятельности.

Объект исследования: процесс формирования адекватной самооценки подростков с ОВЗ.

Предмет исследования: программа по изобразительной деятельности, направленная на формирование адекватной самооценки подростков с ОВЗ.

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что программа по изобразительной деятельности будет способствовать формированию адекватной самооценки подростков с ОВЗ, если:

- содержание занятий будет направлено на положительное восприятие подростком своего «Я», повышение уровня устойчивости самооценки;

- содержание занятий будет направлено на знакомство подростков с широким спектром различного материала по изобразительному искусству, который позволит им выполнять работы в разнообразных техниках;
- будут учтены индивидуальные особенности каждого ребёнка и обеспечен индивидуальный подход на занятиях.

Задачи исследования:

- проанализировать литературу по проблеме исследования;
- изучить особенности формирования самооценки подростков с ОВЗ;
- определить способы формирования самооценки подростков с ОВЗ;
- выявить актуальный уровень самооценки подростков с ОВЗ;
- разработать и реализовать программу по изобразительной деятельности, направленную на формирование адекватной самооценки подростков с ОВЗ;
- проследить динамику изменений до и после формирующего эксперимента;
- проверить методом обработки данных достоверность исследования.

В работе были применены следующие методы:

- теоретические: изучение и анализ методической литературы и нормативных документов, сравнение, обобщение, выводы;
- эмпирические: наблюдение, опрос, беседа, анкетирование;
- статистические: методы количественного и качественного анализа результатов.

Исследование проводилось на базе Комплексного центра социального обслуживания населения (КЦСОН) «Сосновоборский» г. Сосновоборска, отделения детской реабилитации. В исследовании приняли участие 15 подростков возрастом от 10 до 13 лет.

Результаты исследования имеют теоретическую и практическую значимость.

Теоретическая значимость заключается в том, что проблема самооценки подростков и в особенности подростков с ОВЗ сегодня очень актуальна, а современных исследований, показывающих эффективность

применения методов артпедагогики для формирования самооценки подростков с ОВЗ очень мало.

Практическая значимость исследований основана на том, что большинство исследователей самооценки подчеркивают важность и необходимость разработки программ, направленных на процесс формирования положительной самооценки в подростковом возрасте. Разработанная в рамках данной работы программа творческих занятий по изобразительному искусству будет опробована на эффективность, и в дальнейшем может рекомендоваться для работы с подростками, и подростками с ОВЗ на базе социальных учреждений, школ и художественных студий.

# **Глава 1. Теоретические основы формирования самооценки подростков с ОВЗ**

## **1.1. Сущность понятия «самооценка»**

Структура самосознания человека в значительной степени определяется совокупностью индивидуальных оценок самого себя. В основе этой структуры лежит общая самооценка, формирующаяся на основе интеграции отдельных оценок и отражающая гармоничное или конфликтное отношение к себе. Такое отношение может проявляться в принятии или отвержении собственной личности и оказывает влияние на уровень самоуважения.

В психологической и педагогической науке концепция самооценки носит обобщенный характер, охватывая сложную систему внутренних оценок, которые касаются различных сторон человеческого существования — от физиологических до психологических состояний. Несмотря на наличие многочисленных исследований в области самооценки, единое, стандартизированное определение этого понятия так и не выработано [16].

Термины «самооценка», «самоуважение», «самоотношение» и «самосознание» часто употребляются как синонимы. Однако, термин «самооценка» обладает уникальными концептуальными характеристиками, которые отличают её от этих родственных понятий.

Большинство ученых сходятся во мнении, что уровень самооценки оказывает решающее влияние на мировоззрение человека и его развитие. Социальное взаимодействие, личные стремления, а также реакции на успех и неудачу в значительной степени зависят от того, как человек оценивает себя [44]. В психологических словарях самооценка определяется как процесс внутреннего осмысления собственных возможностей, достоинств и общественного положения [47].

Проблема самооценки, которая подробно изучалась и изучается зарубежными и отечественными учёными, в наше время также является одной из самых актуальных в психологии и педагогике.

Среди множества исследователей этого феномена можно выделить следующих: А. Адлер, А. Бандура, Л.И. Божович, Л.В. Бороздина, Р. Бернс, И. Бранден, У. Джемс, Л.С. Выготский, А.В. Захарова, Б.В. Зейгарник, С. Куперсмит, К. Левин, А.Н. Леонтьев., А.И. Липкина, М.И. Лисина, В.С. Мерлин, В.С. Мухина, Е.И. Савонько, В.Ф. Сафин, Е.А. Серебрякова, Г.Л. Собиева, А.Г. Спиркин, В.В. Столин, С.Л. Рубинштейн, П.Р. Чаматы, И.И. Чеснокова, П.М. Якобсон; К. Роджерс, М. Розенберг, З. Фрейд, К. Хорни [1].

Первые исследования в области самооценки связаны с именем У. Джемса, который начал их ещё в 1892 году в контексте изучения самосознания. Им была предложена формула, согласно которой самооценка находится в прямой зависимости от достигнутого успеха и в обратной зависимости от притязаний, то есть потенциальных успехов, на которые индивид претендует.

У. Джемс также подчеркивал влияние характера межличностных отношений на формирование самооценки. Однако его подход носил идеалистический характер, поскольку он рассматривал общение индивида с другими людьми в отрыве от материальной основы этого общения – практической деятельности [23].

С. Куперсмит считал, что самооценка личности складывается постепенно и становится частью характера, проявляясь в отношении к себе как осуждение или одобрение. Им были выделены два компонента самооценки: оценочный и аффективный, и идентифицированы четыре основополагающих фактора, формирующие самооценку, такие как: власть (способность влиять и контролировать других), значимость (восприятие ценности и принятия со стороны окружающих), добродетель (соблюдение моральных и этических норм) и компетентность (успешность в достижении поставленных целей).

Некоторые исследователи рассматривают самооценку исключительно как компонент эмоционально-ценностного отношения индивида к самому себе. Однако Р. Уайли предлагал более комплексное понимание этого феномена, основу которого составляют два взаимосвязанных компонента: собственные оценки индивида и оценки, которые ему выставляют окружающие [38; 43].

Согласно взглядам Р. Бернса, самооценка представляет собой личное суждение человека о себе и своей ценности, которое проявляется в его установках и рассматривает понятия «самооценка» и «Я-концепция» в широком смысле. Так, «Я-концепция» определяется как совокупность всех представлений человека о самом себе.

Важно отметить, что независимо от рациональной основы, убеждения о собственной личности могут быть основаны как на объективных, так и на субъективных мнениях, которые могут быть как верными, так и ошибочными.

Нейрофрейдистская теория утверждает, что объективная самооценка личности затруднена из-за её зависимости от социальных требований, которые могут противоречить её глубинным мотивам.

В дополнение, К. Хорни выражает идею о важности соотношения между «реальным Я» и «идеальным Я» в процессе развития личности.

Аналогично Г. Салливен поднимает вопрос о влиянии ранних персонификаций, отсылающих к эмоционально окрашенным представлениям о себе и окружающих, на становление характера индивида. Итоговое описание связывает внутренние самооценочные процессы с их социокультурными коррелятами, обращая внимание на динамику личностных суждений в контексте множественных объективных и субъективных факторов. Этот тезис подтверждается научными наблюдениями механизма формирования самоидентификации, привнося в дискурс нюансированное понимание самооценки как многоуровневого феномена [38].

Теория научения, предложенная такими учеными как А. Бандура, Г. Мид и Б. Скиннер, представляет собою аналитическую основу для изучения самооценки. Они считают её важным элементом регуляции поведенческих реакций. От рефлексии индивидуума относительно собственных успехов и неудач, происходящей через призму удовлетворённости или раскаяния, зависит управление поведением. Таким образом, уверенность и самокритика критично влияют на широкий спектр человеческих действий.

Гуманистическая теория, защищаемая А. Маслоу, Р. Меем, Г. Олпортом и К. Роджерсом, подвергает сомнению данный подход, указывая на несоответствие реального образа личности представлениям, формируемым окружающим миром и самим индивидом. Они подчёркивают, что субъективная сущность самовосприятия может быть многогранно трансформирована под воздействием социальных предрассудков, внутренних требований и искажённых оценок, полученных с раннего детства. Преодоление такого состояния и достижение точной самооценки предполагает существенные изменения в реалиях социального взаимодействия, положении индивидуальности в обществе и характере её активности. Это требует обновления не только личных оценок, но и структуры взаимоотношений, в рамках которых эти оценки были сформированы [38; 43].

Основываясь на взаимодействии индивида с социумом, М., Вебстер, Ч. Кули и Д. Мид – исследователи, придерживающиеся интеракционистского направления, утверждают, что личностные черты формируются через переосмысление опыта, приобретаемого в процессе межличностных коммуникаций. В соответствии с теорией «Зеркального Я», разработанной Ч. Кули, значимую роль играет внутренняя переработка отзывов окружающих, выступающая ключевым элементом в построении самосознания. Отражение себя в глазах других, таким образом, содействует формированию самопредставления и самооценки.

С другой стороны, сторонник феноменологической школы, Н. Бранден, обосновывает мысль о значимости самооценки и самовосприятия в контексте человеческого самопознания. В его понимании самооценка тесно связана с самоуважением и уверенности человека в своей способности выбирать адекватные способы взаимодействия с миром. Также Бранден подчеркивает влияние самооценки на способность индивида к эффективному диалогу с реальностью, что, в свою очередь, оказывает существенное влияние на мыслительные процессы, эмоциональный баланс, стремления, иерархию ценностей и установление жизненных приоритетов.

Исследователями психологии за границей вопрос самооценки рассматривается как фундамент для достижения равновесия индивидом в мире социальных норм. Самооценка рассматривается экспертами как инструмент, гармонизирующий личный арсенал требований с параметрами социума, причем последний зачастую воспринимается как агрессивно настроенный по отношению к человеку. Однако, сводить функционал самооценки единственно к адаптации опровергает представление о личности, как о сущности деятельной.

Согласно международной психологической науке, термин «самооценка» зачастую служит элементом объемных теоретических умозаключений, затрагивающих глобальные концепции «Я» или личностные теории. Функцию самооценки можно изучать в контексте «Я-концепции», которая включает в себя все формы осознания личностью себя во взаимодействии с оценкой этих представлений.

В контексте «Я-концепции» выделяют две ключевые составляющие: описательную, в просторечии именуемую «картиной Я», и оценочную, которую определяют как самооценку или процесс самопринятия. При таком переплетении, можно говорить о «Я-концепции» как о совокупности субъективно направленных установок.

В отечественной психологической науке уделяется особое внимание роли деятельности в формировании самооценки человека. Как отмечал А.Н.

Леонтьев, самооценка является одним из важнейших факторов, содействующих становлению личности, выступая в качестве мотивирующего фактора, побуждающего индивида к соответствию ожиданиям окружающих и собственным требованиям [35].

В представленном списке значатся фамилии авторитетных исследователей отечественной школы психологии: А.И. Липкина, М.И. Лисина, В.С. Мерлин, В.С. Мухина, Е.И. Савонько, В.Ф. Сафин, Е.А. Серебрякова, Г.Л. Собиева, А.Г. Спиркин, В.В. Столин, С.Л. Рубинштейн, П.Р. Чаматы, И.И. Чеснокова, П.М. Якобсон, чьи работы положили основу в изучении социальной психологии и личностного развития. [16].

Совокупностью, человеческая самооценка служит показателем, который способен направлять и поддерживать результативность в повседневных усилиях и профессиональном росте, воздействуя на осмысленное взаимодействие с социумом и собственное внутреннее развитие.

Рассмотрение сущности самооценки и её влияние на развитие сознания индивида является ключевым аспектом в отечественных психологических теориях. Определение того, как личность оценивает собственные интеллектуальные и моральные характеристики, обуславливает субъективное восприятие её идентичности всесторонне анализируется в исследованиях Ковалёва А.Г., Крутецкого В.А., Мясищева В.М., Платонова К.К.

Уместно упомянуть точку зрения А.И. Липкиной, которая определяет самооценку в качестве процесса инициации личности. Она подчеркивает влияние самооценки на способность критического осмысления, требовательность к себе и реакцию на триумфы и поражения. Способность человека к самооценке предопределяет динамику его взаимодействий со средой и отталкивается от осмысления собственного места в обществе. Это становится ключевым для оптимизации его действий и последующего эволюционирования его как личности [38].

Аффективный процесс имеет ключевое значение в переработке данных представлений, связанных с образом «Я», как отмечают М.И. Лисина, И.Т. Димитров и А.И. Силвестру, именно аффективная составляющая самосознания вкладывается в механизм формирования самооценки [37].

Структурная развертка самосознания, раскрытая В.С. Мерлином, содержит четырехгранную модель: начинается она с осмысления личной тождественности, претворяется в признание активного «Я» как начала субъектной активности, переходит к восприятию личностных психических атрибутов и завершается формированием социально-нравственной самооценки. Данная способность к самооценке, по словам Мерлина, развивается в период юности и зреет на фундаменте социального взаимодействия и личного опыта.

Оценивание собственной личности играет неоспоримую роль в понимании её цельности и исключительности. Нормы оценки, воспринятые личностью и принятые ценности, образуют основание для саморегулирования поведения на уровне индивида. В концепции С.Л. Рубинштейна прослеживается идея, что понимание собственных переживаний происходит в результате осмысления, которое заключается в осознании реальности существования человека. С.Л. Рубинштейн излагает самооценку как фундаментальное образование, структурирующее личность, вытекающее из взаимных оценок между индивидом и окружающими его людьми [48].

В свою очередь, В.С. Мерлин отмечает влияние социальной группы на самооценку индивида, подчеркивая, что оценка личностями друг друга и отношение к социальной группе оказывают существенное воздействие на самооценку. Личностное самосознание тесно взаимосвязано с осознанием социального мира и узнается полно и адекватно потому именно через познание социальных норм и критериев. Самосознание эволюционирует с углублением осознания мира в целом, находя отражение в самооценке, глубоко вплетенной в мировоззрение особы.

Образование самооценки, отмеченное в работах Зейгарник Б.В., Лурии А. Р., Рубинштейна С.Л., Федотовой Е.О. и Соколовой Е.Т., рассматривается в контексте аномалий интеллектуального и личностного развития. А.Н. Леонтьев выделяет самооценку как ключевое условие, благодаря которому индивидуум превращается в личность, в то время как А.В. Захарова характеризует самооценку как основополагающий элемент развития самосознания, пронизывающий все психические аспекты становления личности ребенка, включая его индивидуальность. Самооценка реализуется человеком как системное явление, непосредственно связанное с различными аспектами психики, и стимулирует усиление потребности соответствовать как собственным внутренним стандартам, так и внешнему социальному ожиданию.

Личностный аспект самосознания интегрируется и проявляется в виде самооценки, определяемой как его стержень и показатель индивидуального уровня развития. Согласно теории Чесноковой И.И., самооценка представляет собой результат взаимодействия эмоционально-ценностного самоотношения и сферы самопознания [53]. Она становится регулятором поведения, отражая насколько осознанно личность оценивает себя и как относится к собственной персоне, обеспечивая, тем самым, её психологическую тождественность и константность.

В понимании Бороздиной Л.В. самооценка занимает позицию критической рефлексии, не просто отражая имеющиеся достоинства и недостатки индивида, но и активно оценивая их, тем самым углубляя самосознание через самокритику и саморазвитие [10].

Изучение многообразия подходов демонстрирует глубокую сложность и многогранность самооценки. Аналитический обзор теорий ученых в области психологии, включая Ананьева Б.Г., Кона И.С., Рубинштейна С.Л., Спиркина А.Г., Столина В.В., Чамату П.Р., Чеснокову И.И. и других подтверждает, что самооценка играет ключевую роль в исследованиях

самосознания, выступая не просто как элемент, но как интегрирующая сущность, определяющая направление личностного развития. [4; 30; 48; 53].

В рамках настоящего исследования мы будем опираться на теорию М.И. Лисиной (1983), которая постулирует фундаментальные различия в генезисе когнитивного и эмоционального компонентов образа «Я». Согласно этой теории, когнитивная составляющая образа личности (включая представление о ее потенциальных возможностях) формируется в процессе индивидуальной деятельности ребенка. Эмоциональная сфера развивается во взаимодействии с окружающими людьми и усваивается ребенком в ходе этих отношений (при этом могут параллельно формироваться и важные когнитивные элементы образа «Я») [37].

М.И. Лисина также отмечала, что специфические черты самосознания ребенка проявляются на периферии образа «Я». В его центре, в ядерном образовании, которое она называет «общей самооценкой», расположено «целостное отношение ребенка к себе», основанное на отношении близких и значимых взрослых.

Человек может иметь реалистичное или нереалистичное восприятие собственной значимости, что непосредственно влияет на уровень самооценки: адекватный, завышенный, или заниженный. Для индивидов с завышенной самооценкой характерно формирование идеализированной версии самих себя, что приводит к чрезмерным претензиям и иногда к проявлению агрессии и неприятия конструктивной критики. Такие люди имеют тенденцию отвергать признание собственных недостатков, ошибок или вредных привычек, что может стать основой для формирования искажённого образа поведения [35].

Индивиды, обладающие адекватной самооценкой, демонстрируют умение объективно анализировать свои таланты и недостатки, а также гармонично выстраивать личные амбиции в соответствии с различными степенями трудностей своих задач. Они готовы принять на себя последствия своих действий, будь то успех или неудача, и способны к осознанию

собственного вклада в социум. Позитивное самовосприятие, располагающее отношение к людям, приемлемое принятие конструктивной критики и оценка собственной роли в мире – отличительные черты такой личности.

В то время как лица с заниженной самооценкой имеют слабую волю к развитию и стремление к достижению целей. Такие люди нечасто применяют все доступные возможности для выполнения задуманного, что связано с недостатком убеждённости в своей компетентности и перспективности. Защитные механизмы их психики активируются чрезвычайно часто, препятствуя полной реализации их внутренних резервов. [58].

Совпадение личностных оценок с реальностью текущего контекста, ожиданиями индивидов и принятыми стандартами поведения в контексте общественных норм обозначается как адекватность. Зрелые индивидуумы обладают утверждённой оценкой себя лично, тогда как самооценка у незрелых лиц сильно подвержена колебаниям на основе чужого мнения, которое может быть неверным. Адекватная самооценка зрелой личности свидетельствует о её психологической зрелости, исходя из этого, исследовательская теория утверждает: показатель зрелости – адекватность субъективной оценки собственной персоны.

Противоположностью является низкая самооценка, при которой личность, несмотря на то что определена обществом как способная решать проблемы, испытывает сомнения и неуверенность. В контрасте с этим, завышенная самооценка проявляется в формулировании нереальных и заведомо недостижимых целей. Ключевым фактором, определяющим адекватность самооценки, выступает способность к реализации целей, поставленных индивидуумом.

Однако нужно отметить, что на уровень собственной оценки человека влияет степень его притязаний, где притязания определяются сложностью задач и целей, выбранных личностью. Таким образом, адекватная оценка самого себя не должна быть завышена или занижена, а должна

соответствовать реальным достижениям, учёту ожиданий значимых для субъекта социальных групп и пониманию собственного позиционирования в общественном пространстве и мире в целом.

Степень сложности установленных индивидом целей варьирует во множестве оттенков. В сценарии, где цель кажется действительно достижимой, сам индивид имеет твёрдое убеждение в потенциальной победе. В ситуациях, когда амбиция и результат работы находятся в точном соответствии, ставится знак равенства. Более того, самые сложнейшие задачи, при успешном их преодолении, способны доставить человеку максимальное чувство удовлетворения [19].

Изменение амбициозности человека зачастую обусловлено преуспеванием или переживанием поражения в определённой области жизни. Если задача или цель кажутся неосуществимыми либо несоразмерными с реальными способностями, то провал может вызвать снижение стремлений этого человека.

Предшествующие упоминания подчёркивали, что самооценка личности напрямую связана с уровнем её стремлений. Высокая амбициозность нередко приводит к меньшим шансам на успех и как следствие – к уменьшению самооценки. [19].

Исследования в области психолого-педагогических дисциплин неоднократно обращались к дискуссиям относительно дефиниций и составляющих самооценки. В рамках текущих научных дебатов, существует попытка систематизировать различные теории, окружающие личностное восприятие индивида и его присущие характеристики. Ключевое представление заключается в том, что самооценка индивидуума отражает его внутреннее осознание собственных способностей и психологических атрибутов. Результаты эмпирических исследований показывают, что самооценка напрямую коррелирует с уровнем личных амбиций.

На протяжении обзора данной темы следует подчеркнуть, что в теории современной психологии предложено классифицировать самооценку

личности в зависимости от ее соответствия реальности, на адекватную и неадекватную, последняя из которых может быть либо завышенной, либо заниженной.

Продолжая анализ, особое внимание стоит обратить на период подросткового возраста, когда процесс развития «Я-концепции» набирает интенсивность. Именно в этом интервале жизни особое значимое влияние на формирование самооценки оказывает социально-психологический фактор.

## **1.2. Особенности развития самооценки в подростковом возрасте**

Формирование чувства собственной значимости у человека осуществляется через взаимодействие двух взаимосвязанных компонентов: интеллектуального, который предполагает усвоение знаний о себе, и аффективного, отражающего эмоциональную реакцию на эти знания.

Самооценка представляет собой процесс анализа и оценки человеком своих способностей и талантов, определения жизненных целей и реализации собственных действий. Она является показателем зрелости личности, способной идентифицировать свои уникальные качества и использовать свой потенциал для достижения значимых результатов [13].

Особое значение приобретает стадия формирования самооценки в подростковом периоде. В этот период индивид сталкивается с динамичными изменениями в биологическом, психологическом и социальном плане. Противоречивость является ключевой характеристикой этого этапа, проявляющейся в напряжении между индивидуальным и социальным развитием подростка.

В период перехода от детства к взрослой жизни, широко известный как переходный возраст, который начинается с 10-11 лет и продолжается до 15-18 лет, подростки сталкиваются с особыми трудностями. Проявление индивидуализации в это время идёт параллельно с социальной адаптацией, оказывая влияние на формирование личности подростка. Конфликты, внутреннее беспокойство, эмоциональные колебания, застенчивость и тенденция к максимализму являются результатом одновременного пребывания в двух мирах – детском и взрослом [19; 20].

Проблематика этого возрастного периода усугубляется несовпадением темпов развития физической, умственной и социальной зрелости, создавая пропасть между ожиданиями подростка и его реальными возможностями. Подростковый кризис – весьма серьёзное испытание для самого подростка и его близких, который требует от каждой из сторон повышенной ответственности и понимания.

В подростковом возрасте ведущей деятельностью является интимно-личностное общение со сверстниками.

На этом этапе формируются такие важные психологические новообразования, как чувство взрослости, критическое мышление и потребность в самоутверждении [42].

Основная особенность подросткового периода заключается в кардинальных качественных преобразованиях, охватывающих все аспекты развития формирующейся личности. Эти фундаментальные изменения, затрагивающие физиологию, психику и личностный рост, носят индивидуальный характер. Каждый подросток переживает этот этап по-своему. Некоторые подростки демонстрируют более быстрое физическое развитие, в то время как у других в приоритете формирование личностных качеств или интеллектуальных способностей, и наоборот [52; 58].

Развитие психики также может быть неравномерным: одни её стороны развиваются стремительно, в то время как другие отстают. Существуют также различия, обусловленные полом, так, например, девочки до определённого возраста могут опережать мальчиков в развитии некоторых аспектов. Важным фактором самопринятия в подростковом возрасте становится внешняя привлекательность. При этом внешний вид подростка не ограничивается одеждой, причёской и другими элементами стиля, но включает в себя также соответствие физического развития возрастным нормам. Эмоциональные переживания, связанные с внешним обликом, могут быть весьма серьёзными [8; 21].

Период подросткового возраста характеризуется не только физиологическими и психологическими изменениями, но и значимыми преобразованиями в социальной сфере. Формирование личности является непрерывным процессом, однако именно в подростковом возрасте происходит осознание индивидом своей индивидуальности, уникальности и неповторимости. В этот период подросток стремится к независимости от мнений окружающих, прежде всего родителей, и формирует собственную

внутреннюю самооценку [44; 45; 46]. Возраст от 10 до 14 лет является критически важным этапом в становлении самооценки, оказывающим существенное влияние на дальнейшее развитие личности подростка [6].

Специалисты в области психологии, среди которых Р. Бернс [9], Е. А. Данилова [21], И. С. Кон [30], А. М. Прихожан [45; 46], сходятся во мнении, что подростковый возраст характеризуется не только существенными качественными изменениями в структуре личности, но и потенциалом для достижения нового уровня развития, уровня «взрослости» человека [46].

Обращение к вопросам самоидентификации подростков и их самооценки остается приоритетным для специалистов в сфере психологии и педагогики на этапе эволюции личности. В этом процессе особое внимание уделяется динамике адаптации личностных стремлений к идеалу «Я» и развитию внутреннего мира подрастающего индивида. В русле этих изменений, педагогические и психологические знания выражают понимание процессов самопознания и самовоспитания, которые не являются изолированными, а развиваются наряду с социокультурными и познавательными аспектами личности. Таким образом, самооценка является интегральной частью личностного роста, обуславливающей ее социальное взаимодействие и внутреннюю гармонию [3; 19].

При формировании самооценки подростков педагоги и психологи уделяют пристальное внимание качественным изменениям в их отношениях с родителями и сверстниками, а также поведению в обществе. Самооценка является ключевым структурным элементом развивающейся личности, в рамках которого формируются такие качества, как самопознание и самовоспитание. Важно подчеркнуть, что самооценка не формируется изолированно, а развивается параллельно с социально-когнитивной сферой личности [12].

В сложном процессе становления индивидуальности подростка, самоутверждения и признания в обществе, нерешенные проблемы могут привести к избыточной фокусировке на собственной персоне. В

подростковом возрасте такая центрированность зачастую неосознанна, а стремление достичь желаемого статуса среди сверстников и получить общественное признание, интегрируясь в группу, может способствовать развитию эгоцентризма.

Однако, психологи и педагоги рассматривают этот процесс не как патологическое явление, а как естественный этап личностного развития, характеризующийся естественным изменением представлений подростка о себе. В этом процессе он стремится привести в соответствие реальное «Я» и идеальное «Я», принимая или отвергая определенные черты характера, качества и модели поведения [21].

Важной характеристикой социального развития подросткового возраста является потребность в самоидентификации. Это означает стремление идентифицировать себя с определённой социальной группой, найти своё место и роль в ней. Этот процесс тесно связан с формированием личности, её восприятием мира и межличностными отношениями. Нарушение процессов самоидентификации может привести к самоотрицанию, то есть искажению собственной идентичности, в результате чего могут возникнуть различные формы асоциального поведения [50]. В процессе поиска своей идентичности подростки иногда демонстрируют провокационное, эпатажное поведение, нарочито привлекая к себе внимание. Для многих из них, нуждающихся в самоутверждении и склонных к риску, подобное поведение может быть очень привлекательным, особенно в большой группе. Эффект «массовости» и обезличивания играет на руку подростку, так как в большой группе ему легче проявить себя, чем в одиночку. На эмоциональном уровне он чувствует себя свободным от каких-либо ограничений и правил, но при этом ощущает себя частью единого дела. В такой ситуации для своих сверстников он выступает в роли героя, способного нарушить существующие нормы. Самоидентификация с группой может положительно повлиять на самооценку подростка, повысив её. Однако устойчивость такой самооценки будет невысокой, поскольку в обычных условиях, вне группы, реальное «Я» вернёт

подростку ощущение его истинной значимости [33].

Процесс становления растущей личности подростка сопровождается раздумьями о собственном «Я»: его возможностях и ограничениях, о стремлениях, а также о методах достижения, поставленных перед собой целей. В этом динамичном периоде, адекватная самооценка играет решающую роль, обеспечивая внутренний комфорт, способность видеть собственные границы и потенциал, а также устанавливая базис для доброжелательных взаимоотношений. В формировании положительного самоощущения, ключевым фактором выступает наличие профессионалов и заслуживающих доверия взрослых, таких как психологи, компетентные наставники и руководители кружков, задача которых – быть опорой и предоставить необходимые установки для развития сбалансированной самооценки [56].

Формирование адекватной самооценки имеет место на фундаменте уважения к личному мнению подростка, признания важности его индивидуальности без привязки к достижениям, через условия открытого диалога и аргументированной критики, направленной на него из доброжелательных намерений. На этом пути, роль фундаментальных оснований, сформированных родителями в раннем детстве, становится неопределимым багажом для молодого человека, исследующего себя и окружающий мир [12].

Индивидуальное мнение подростка формируется через осмысление и размышления о родительских взглядах, способность долговременного отстранения от их мнения и формирование собственных суждений [45]. Основополагающую роль в этом процессе играет интерес родителей к сыну или дочери, их понимание и поддержка, что лежит в основе устойчивой и адекватной самооценки личности подростка. Отвержение ребёнка родителями, недостаток взаимопонимания и строгость в общении может вызывать повышенную тревожность и взаимную раздражительность [29].

Семейные факторы, такие как стиль воспитания, взаимодействие между членами, социальный статус, материальное благосостояние, последовательность и количество детей в семье и вхождение в определённые социальные группы несомненно влияют на самовосприятие подростка. Преобладание авторитарных методов воспитания имеет тенденцию к развитию низкой самооценки у подростков, тогда как эгоцентрическое воспитание, ориентированное на чрезмерное внимание к ребёнку, порождает переоценённое самомнение. С другой стороны, демократическая модель способна вызывать формирование сбалансированной самооценки у подростка [56].

Влияние межличностных отношений на развитие самооценки подростков проявляется через взаимодействие с семьёй и другими значимыми взрослыми. Положительное взаимодействие с членами семьи, характеризующееся искренним интересом, взаимопониманием и уважением, способствует усилению уверенности подростка в себе и его возможностях, способностях. В то же время деструктивное поведение со стороны родственников, включающее неуважение, оскорбления и конфликты, может привести к формированию у ребенка неуверенности и, в более серьезных случаях, к инфантилизму и несформированности самооценки. Эта зависимость также отражена в исследованиях С. Куперсмита и описании О.Н. Молчановой, в которых дифференцированно обозначены условия, ведущие к низкой, средней и высокой самооценке, обусловленные поведением родителей [40].

И не менее значима для молодых людей взаимоотношения с учителями, тренерами и другими авторитетными взрослыми личностями. Отношения, основанные на доброжелательности и открытости, благотворно сказываются на уровне самооценки, наполняя подростка чувством собственной значимости и достоинства. Вместе с тем, обращение, основанное на грубости и недоброжелательности, осознанно или

неосознанно, провоцируют негативные процессы в самовосприятии подростка, укореняясь в виде заниженной самооценки [19].

Особое внимание следует уделять периоду подросткового возраста, ведь он предстает как этап критической важности, нередко описываемый как вторая стадия рождения, на которую возлагается ответственность за определение будущего жизненного пути. В период подросткового возраста происходит не просто переход от детства к зрелости, но и активная кристаллизация мироощущения, переосмысление устоявшихся идей, ценностей и желаемых перспектив. Возникает своеобразный росток самосознания, при этом поведенческие реакции индивида начинают зависеть от его способности к самоанализу, с которой неразрывно связано сердцевина его психической структуры [13].

В контексте определения личностных основ, ключевым аспектом является исключительное уважение к индивидуальным нуждам, стремлениям и выбору подростков, в совокупности с умением улавливать и уважать те барьеры, которые они возводят вокруг себя. Такое отношение способствует укреплению личностного понимания и самоуважения, поскольку почтительное восприятие сверстников и взрослых служит надежной почвой для формирования здоровой самооценки, становления каждой отдельной личности в обществе.

### **1.3. Особенности развития личности подростков с ограниченными возможностями**

В сфере здравоохранения проблематика инвалидности и детей с ограниченными возможностями здоровья представляется одной из наиболее актуальных. Согласно определению Всемирной Организации Здравоохранения, «инвалид - это лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленного заболеванием, последствием травм и дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности». Такие ограничения проявляются в потере или утрате возможностей самообеспечения, передвижения, пространственной ориентации, коммуникативного взаимодействия, самоконтроля и трудовой активности [49].

Л.С. Выготский в своей теории аномального развития даёт определение двум категориям симптоматик: первичным и вторичным. Под первичными нарушениями подразумеваются те, что возникают на этапах онтогенеза, как до (пренатально), так и после (постнатально) биологического рождения ребенка. В их основе лежат биологические факторы, к примеру проблемы слуха, зрения, двигательных функций, или же местные повреждения коры головного мозга. Вторичные нарушения развития вступают в силу со временем и ростом ребенка, столкнувшегося с инвалидностью, и эти изменения сами по себе стали предметом психологического исследования и коррекции из-за их важности в контексте аномального развития [14]. Автор подчеркивает значимость вторичных нарушений, аргументируя, что именно они составляют ключевую часть психологической науки в данной области.

В процессе взросления подростка, переживающего критическую фазу переходного возраста, исключительно важное значение приобретает не только психическое благополучие, но и физическое здоровье. Именно в этот период происходит формирование личности ребёнка, сопровождающееся существенными изменениями. Даже здоровые подростки в этом возрасте проявляют повышенную чувствительность, эмоциональную неустойчивость

и склонность к поведенческим нарушениям. Подростки же, имеющие явные физические недостатки, оказываются особенно уязвимыми. Их недуг ещё больше обостряет чувство неполноценности и ущербности, что негативно сказывается на их самооценке и самоуважении. В результате этого страдает вера в собственные силы и возможности для активного участия в социальной жизни и использования благоприятных возможностей.

Л.С. Выготский, исследовавший этот вопрос, пришёл к выводу о том, что ребёнок с физическими недостатками не просто отстаёт в развитии, но и следует собственному, уникальному пути. Часто, как следствие физических недугов, происходит снижение социального статуса, который Л.С. Выготский описывал как «социальный вывих» [14].

Подростковый период для детей с ограниченными возможностями часто сопряжён с рядом трудностей: снижением мотивации к обучению, проблемами концентрации внимания и усвоения информации, ухудшением памяти, а также возникновением негативных эмоциональных состояний, таких как тревога, страх и подавленность [18].

Социальная изоляция, дискриминация со стороны отдельных групп населения и ограничение общения, например, при длительном домашнем обучении или пребывании в специализированных учреждениях, могут привести к существенным нарушениям в развитии этих подростков. В ответ на такие трудности подростки могут демонстрировать замкнутость, избегание контактов с другими людьми, а в некоторых случаях — вызывающее поведение [25].

У подростков с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) особенно остро проявляются чувства одиночества, психологической и физической зависимости. Им свойственны неуверенность в будущем, пессимистический взгляд на него и заниженная самооценка. Взаимоотношения с представителями противоположного пола также представляют собой проблему для этой категории подростков [29]. Как и для их здоровых сверстников, для подростков с ОВЗ чрезвычайно важно

общение с ровесниками. Такое взаимодействие способствует эмоциональной стабильности, развитию когнитивных способностей и предупреждает развитие чувства неполноценности, которое часто возникает в условиях изоляции [18].

В семьях, где воспитываются дети с ограниченными возможностями здоровья, часто встречаются две крайние педагогические стратегии: излишняя опека (гиперопека) и недостаточная опека (гипоопека).

Гиперопека проявляется в чрезмерной заботе членов семьи, стремящихся удовлетворить все потребности и желания ребенка. Такой подход способствует формированию у подростков эгоцентричного мировоззрения и препятствует развитию адекватной самооценки. Подросткам, воспитанным в условиях гиперопеки, свойственны преувеличенное чувство собственной важности, обидчивость, капризы и упрямство. Это затрудняет их социально-эмоциональное развитие и формирование зрелости. В результате, такие подростки лишены устойчивой системы ценностей, не понимают свою связь с обществом и не имеют целостной картины мира.

Гипоопека проявляется в недостатке эмоциональной близости и поддержки со стороны семьи. Такое пренебрежение приводит к чувству неполноценности и негативной самооценке у подростка.

Две противоположных модели воспитания, как гиперопека, так и гипоопека, оказывают негативное влияние на развитие личности подростка с ограниченными возможностями, препятствуя формированию адекватной самооценки и целостного восприятия мира [21; 24].

Поэтому крайне важно создание благоприятной эмоциональной и воспитательной среды для таких детей. Поддержка должна быть направлена на снижение зависимости от окружающих, и развитие у них важных личностных качеств, таких как трудолюбие, ответственность и самостоятельность, а также построение продуктивных взаимоотношений с

другими людьми, что включает способность определить свой профессиональный путь [40; 57].

В контексте социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями, ключевыми психологическими факторами являются:

- реалистичное восприятие собственной ситуации;
- адекватная самооценка;
- эмоциональная устойчивость;
- гармоничные межличностные отношения;
- наличие подходящей профессиональной деятельности.

Формирование реалистичной самооценки у подростков с ограниченными возможностями служит фундаментом для развития самоуважения и позитивного образа Я. Однако для того, чтобы такая самооценка способствовала успешной адаптации в обществе, она должна быть выстроена на основе морально-нравственных ценностей.

#### **1.4. Изобразительная деятельность как средство формирования адекватной самооценки подростков с ОВЗ**

Артпедагогика играет значительную роль в современной системе специального образования. Она предоставляет детям доступ к познанию мира посредством разнообразных художественных образов и способствует их активному участию в преобразовании окружающей действительности [5].

Понимание того, что процессы психологической реабилитации и укрепления душевного благополучия могут эффективно поддерживаться педагогической работой в сфере искусства, имеет давние корни. Еще в древности жрецы и целители, а позднее философы и учителя, признавали исцеляющее воздействие искусства на физическое и духовное здоровье. Эти древние практики актуальны и сегодня, когда арт-педагогические методы широко применяются для восстановления и улучшения внутреннего мира ребёнка.

Концепция о возможности воспитания посредством искусства получила активное развитие в XX веке и опирается на весомую базу научных исследований. Ученые пришли к выводу, что внедрение искусства в образовательный процесс не только способствует формированию индивидуальности, но и эффективно применяется в коррекционной работе с детьми, имеющими отклонения в развитии, направленной на улучшение их психических процессов [5].

Вклад Этьена Сурьё, специалиста в области эстетической педагогики, подчеркивает особую значимость искусства как инструмента формирования детской индивидуальности. По его мнению, искусство способствует развитию психологических и моральных качеств, обогащает мышление, фантазию, эмоциональность и чувственность.

Зарубежные и отечественные педагоги, такие как Э. Сеген, Ж. Демор, О. Декроли, а также российские психологи и медики, в том числе Л.С. Выготский, В. П. Кащенко и А. И. Граборов, единодушно отмечают

уникальную роль искусства в процессах обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья.

Исследования Л.С. Выготского доказывают благотворное влияние различных видов искусства на развитие психических функций и стимулирование творческого потенциала у детей с ограниченными возможностями здоровья [14].

По мнению Н.И. Сакулиной и других специалистов в области арт-педагогике (В.А. Езикеевой, Т.С. Комаровой, Н.А. Ветлугиной), восприятие художественных произведений детьми представляет собой сложный психический процесс, богатый когнитивными и эмоциональными компонентами. Художественная деятельность способствует не только совершенствованию сенсорных способностей детей, но и обучению их распознаванию и более глубокому пониманию разнообразия цветов, оттенков, звуков, линий, форм и их сочетаний, что в свою очередь ведет к более полному восприятию различных видов искусства [28].

Искусство реализует свой коррекционный потенциал, пробуждая у детей новые позитивные эмоции, которые способствуют рождению свежих творческих идей. Актуализация возможностей искусства в социально-педагогической сфере направлена на повышение эстетических потребностей подростков с различными ограничениями, развитие их потенциальных способностей посредством изобразительной деятельности. Художественная деятельность в коллективе сверстников и взрослых приобретает особую важность для подростков с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Такое взаимодействие значительно расширяет их социальный опыт, укрепляет чувство собственной значимости, обучает навыкам творческого сотрудничества и коммуникации, способствует самовыражению и проявлению индивидуальных качеств, что в конечном итоге положительно сказывается на формировании адекватной самооценки [4].

Творческая деятельность открывает перед подростками практически безграничные возможности для самопознания, самовыражения и

самореализации. Восхищение окружающих результатами труда ребенка с проблемами развития, а также признание его достижений, способствуют повышению его самооценки. Это, в свою очередь, дает импульс для познания внешнего мира, самоидентификации в обществе, поиску своего призвания, реализации приобретённых умений и навыков, которые станут их активом в будущем [36].

Дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) нуждаются в особом внимании, понимании и возможности самовыражения. Атмосфера доверия, взаимопонимания и взаимопомощи является основой для свободного творчества и вместе с ним способствует эмоциональной разрядке, радости общения и снятию психологического напряжения.

В этой связи, целью работы педагога является оказание помощи детям в реализации их творческих идей, обучению достижению целей, демонстрации результатов труда и обретению уверенности в собственных силах. Данный подход способствует формированию позитивной самооценки.

В своей педагогической практике весьма желательно использовать разнообразные методы обучения, такие как рассказ, беседа, пояснение, а также метод наблюдения и изучения природы, демонстрации репродукций и презентаций и др. Целью таких методов является пробуждение у учащихся интереса к изучаемой теме, формирование позитивных эмоций, мотивация к познанию и исследовательской деятельности, а также желание выразить свои чувства и мысли в реализации творческой работы [25; 27].

Педагог должен строить свою работу таким образом, чтобы поощрять самостоятельность каждого ученика, помогая ему найти тему для самовыражения, которая будет ему интересна. При этом педагог выступает в роли наставника, предлагая поддержку и направление, но предоставляя ученику возможность проявлять инициативу и действовать самостоятельно. Это может выражаться в выборе сюжета, обсуждении композиции, цветовой палитры, формата и качества бумаги, материалов и техник исполнения [17].

Подростковый возраст характеризуется стремлением к самостоятельности и взрослости. Возможность воплотить свою идею в жизнь и увидеть результат своей работы на выставке (в том числе персональной) или получить призовое место в конкурсе является для них сильным мотивирующим фактором. Переживание успеха способствует повышению самооценки, желанию совершенствоваться и гордиться своими достижениями [17].

Для поддержания и развития интереса к рисованию у детей необходимо обеспечить их активное участие в процессе творчества и использовать разнообразные методы стимулирования: поощрение, разъяснения, демонстрация образцов, индивидуальная помощь.

Роль педагога заключается в коррекции деятельности каждого ребенка, оказании своевременной помощи и исправлении допущенных ошибок. Коррекционные занятия по рисованию способствуют:

- внимательно изучая и анализируя изображаемый объект, дети учатся воспринимать его целостно, что содействует развитию наблюдательности;
- на основе анализа изображаемого объекта дети учатся его воспроизводить в рисунке, овладевая навыками изображения;
- занятия изобразительным искусством помогают детям глубже понять природу предметов и явлений и содействуют формированию более глубокого понимания окружающего мира;
- опираясь на полученные знания, подростки создают собственные уникальные произведения таким образом развивая свои творческие способности;
- занятия изобразительной деятельностью развивают зрительную память, глазомер, тонкую координационную деятельность, активизируют познавательные процессы;
- создание своего оригинального произведения требует от детей немало настойчивости, умения доводить начатое дело до конца, формируют так необходимые в жизни волевые качества [5; 27].

Развитие творческого потенциала у каждого ребёнка протекает индивидуально, в зависимости от его индивидуальных способностей. Важно обеспечить каждому ребёнку возможность самовыражения. В процессе овладения творческими навыками, юные дарования обретают вдохновение и стимул для всестороннего роста и творческого самовыражения. Применение разнообразных техник и материалов позволяет детям увидеть и подчеркнуть красоту окружающего мира, выразить свое восприятие природы. Овладение художественными навыками открывает перед ними новые возможности и побуждает к дальнейшему развитию фантазии, реализации творческих замыслов [32; 34].

Таким образом, изобразительное искусство играет важную роль в формировании этических и морально-нравственных ценностей, способствует достижению душевного равновесия, развитию позитивной самооценки, а также приобретению социальных навыков. Это позволяет подросткам с ограниченными возможностями стать активными, гармонично развитыми личностями и полноценными членами общества.

## Выводы по Главе I

Самооценка представляет собой оценку индивидом собственных качеств, ресурсов, возможностей и места в обществе.

Она выступает фундаментальным элементом личности, играющим ключевую роль в регуляции поведения. Уровень самооценки напрямую влияет на межличностные отношения, социальный статус индивида и формирование таких черт, как самокритичность, требовательность к себе, восприятие успеха и неудачи.

Таким образом, самооценка оказывает существенное влияние на эффективность деятельности человека и его личностный рост.

Функции самооценки:

- регуляторная: определение целей, задач и их реализация;
- защитная: обеспечение самостоятельности, независимости и относительной стабильности;
- развивающая: запуск механизмов формирования личности;

Самооценка может быть охарактеризована по ряду параметров:

- реалистичности: адекватная (адекватное восприятие собственных возможностей и качеств), неадекватная (заниженная или завышенная);
- уровню: высокой, средней или низкой;
- временному аспекту: актуальной (оценка себя в настоящий момент), прогностической (представление о себе в будущем) и ретроспективной (оценка своего прошлого);
- устойчивости и другим характеристикам.

Тип самооценки оказывает существенное влияние на поведение человека. Индивиды с адекватной самооценкой, как правило, демонстрируют доброжелательность, общительность, эмоциональную стабильность и пользуются симпатией окружающих.

Напротив, лица с неадекватным уровнем самооценки часто сталкиваются с внутренними конфликтами, что приводит к переживанию дискомфорта в социальных ситуациях и провоцирует различные виды

конфликтов, усложняющие их жизнь.

Подростковый возраст представляет собой сложный этап перехода от детства к взрослой жизни, характеризующийся неустойчивой самооценкой, которая часто бывает завышенной или заниженной. Это связано с тем, что в этот период происходит активное формирование личности.

Окружающие подростка – родители, родственники, педагоги и другие значимые взрослые – играют ключевую роль в развитии его самооценки. Их мировоззрение и представления о добре и зле напрямую влияют на подростка, которому чрезвычайно важна оценка со стороны авторитетных фигур.

Взаимоотношения со сверстниками также имеют большое значение для подростков. Они зависят от множества факторов, в том числе от социального уровня компании, к которой принадлежит подросток, и его личных убеждений.

Подростки с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) представляют собой особую категорию детей, проявляющих интерес к творчеству и обладающих своими уникальными характеристиками.

Существует множество методик формирования адекватной самооценки у подростков с ОВЗ. К ним относятся: создание педагогом ситуаций успеха, коммуникации педагога и ученика, групповая работа со сверстниками, система оценки и, непосредственно, изобразительная деятельность.

Изобразительное искусство на занятиях играет важную роль в формировании адекватной самооценки. Знакомство с различными материалами, изучение живописных и графических техник способствует развитию познавательного интереса, побуждает к самопознанию и осмыслению окружающего мира, формирует нравственные ценности, помогает подросткам осознать свои эмоции.

Занятия изобразительным искусством способствуют обретению душевного равновесия, развитию позитивного отношения к себе, улучшению навыков общения и формированию адекватной самооценки. Это, в свою

очередь, служит основой для становления подростка с ОВЗ как активной, многогранной личности и полноценного члена общества.

## **ГЛАВА 2. Опытнo-экспериментальная работа по формированию самооценки подростков с ОВЗ.**

### **2.1. Организация и проведение экспериментального исследования самооценки подростков с ОВЗ**

На основе теоретических знаний, изложенных в I главе, были сделаны выводы о том, что самооценка играет ключевую роль в становлении личности и является важным её компонентом, способствующим саморазвитию, устойчивости и постоянству жизни человека, определяя его взаимодействие с окружающим миром и подход к решению задач разной сложности. Это особенно актуально в периоды жизни, характеризующиеся большими изменениями, такими как подростковый период. Подростковый возраст сам по себе является периодом интенсивного формирования личности, где самооценка играет исключительно важную роль, а ограниченные возможности здоровья могут существенно влиять на самовосприятие подростка, формируя как завышенную, так и заниженную самооценку в зависимости от множества факторов [35].

В экспериментальной работе мы определили цель констатирующего этапа: выявить актуальный уровень сформированности самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья.

Экспериментальное исследование было проведено на базе Комплексного центра социального обслуживания населения (КЦСОН) г. Сосновоборска, отделения детской реабилитации. В экспериментальном исследовании приняли участие 15 подростков возрастом от 10 до 13 лет, из них 6 мальчиков и 9 девочек.

Исследование проводилось в три этапа.

На начальном этапе исследования был проведен констатирующий эксперимент, целью которого стало определение уровня сформированности самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья. Полученные результаты послужили основой для разработки и реализации

программы, направленной на формирование адекватной самооценки у данной категории подростков. В заключительной фазе исследования был проведен контрольный эксперимент, позволивший оценить эффективность различных педагогических подходов и методов в процессе формирования адекватной самооценки у подростков с ОВЗ.

На основе психолого-педагогических исследований нами выделены критерии и подобраны методики, позволяющие выявить актуальный уровень сформированности адекватной самооценки подростков с ОВЗ. Используются критерии, предложенные Петром Всеволодовичем Яньшиным.

1. Методика «Три оценки», разработанная А.И. Липкиной, направлена на выявление уровня адекватности самооценки у подростков.

В ходе данной методики подросткам предлагается выполнить практическое задание. Педагог совместно с психологом, оценивая выполненное задание, присваивает каждому три оценки: завышенную, заниженную и адекватную. Детям сообщается о том, что три учителя изобразительного искусства из различных учреждений по-разному оценили их работы, исходя из своей точки зрения на выполненное задание. После этого от подростков требуется выделить ту оценку, которая, по их мнению, является наиболее справедливой.

Далее педагог проводит индивидуальную беседу с каждым подростком, задавая вопросы о его самооценке:

- Как он оценивает свой уровень знаний: сильный, слабый или средний?

- Какой будет его реакция на тот факт, если педагог поставит оценку "5", а работа заслуживает оценку "3"?

- Каким оценкам он радуется, а какие вызывают чувство огорчения?

Уровень самооценки подростков определяется на основе полученных данных по двум основным критериям: соответствию (или несоответствию) самооценки подростка адекватной оценке педагога и характеру аргументации, на которой основана самооценка. Аргументация может

отражать качество выполненной работы или основываться на других факторах.

2. Методика "Лесенка", разработанная В.Г. Щуром, предназначена для выявления уровня устойчивости самооценки у подростков.

Суть методики заключается в следующем. Каждый участник получает бланк с изображением лестницы из семи ступенек. Педагог поясняет, что нижняя ступенька символизирует самых "плохих" детей - злых и завистливых. На ступеньку выше – дети, которые немного лучше, на ступеньку ещё выше ставят детей, которые ещё лучше, и так далее. Самая верхняя ступенька для "самых лучших" детей. Участникам предлагается оценить себя и поставить себя на ту ступеньку, которая, по их мнению, соответствует их уровню.

Анализ результатов осуществляется путем выявления позиции участника на лестнице. Расположение на верхней части лестницы ("очень хорошие" или "самые лучшие") считается нормой и свидетельствует о здоровой самооценке. Напротив, выбор нижних ступенек может указывать на неуверенность в себе, отрицание собственных достоинств.

3. Методика Дембо-Рубинштейн в интерпретации А.М. Прихожан представляет собой инструмент для измерения уровня самооценки у подростков.

Данная методика основана на ряде шкал, отражающих различные личностные характеристики подростков, к числу которых относятся здоровье, нравственные качества, интеллектуальные способности, навыки ручного труда и др. Участникам предлагается оценить свой текущий уровень по каждой шкале, поставив горизонтальную черточку, а также указать желаемый уровень, отметив его крестиком. Таким образом, методика позволяет выявить разницу между самооценкой и уровнем притязаний у подростков [59].

Образцы бланков методик представлены в Приложении А. Заполненные бланки диагностики самооценки представлены в Приложении Б.

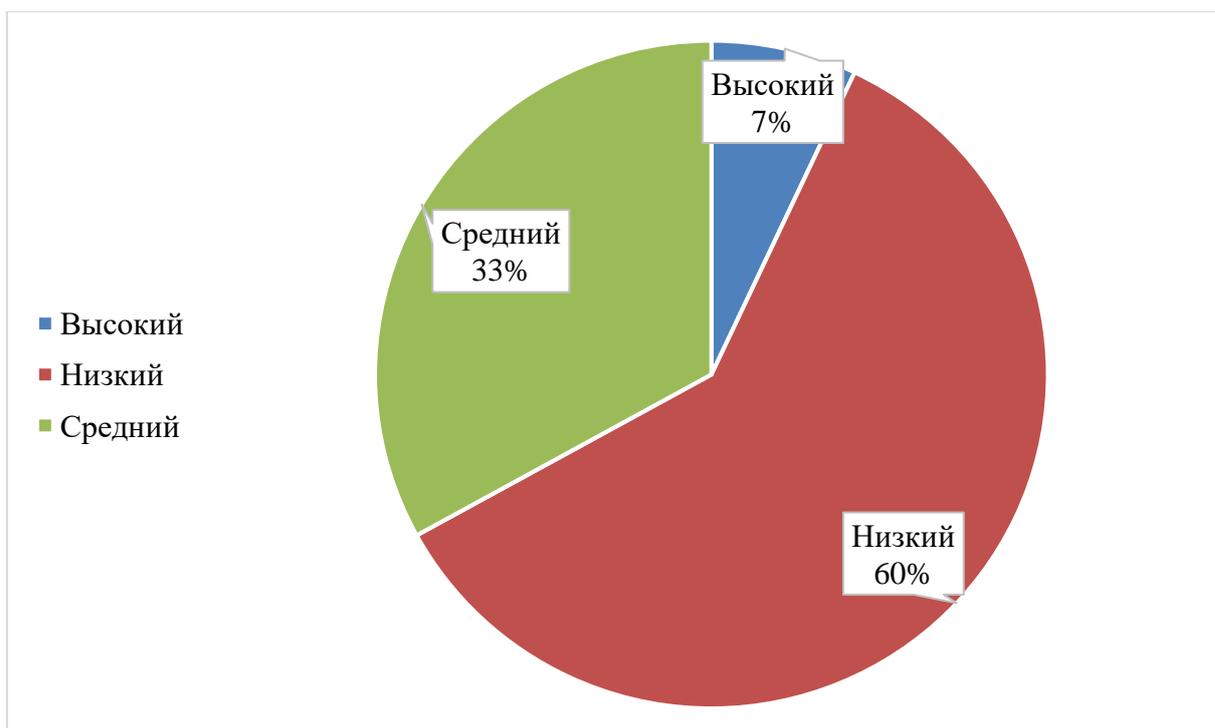
Уровни критериев сформированности актуального уровня самооценки  
подростков с ограниченными возможностями.

Критерии	Уровни			Методики
	Высокий	Средний	Низкий	
Адекватность (реалистичность)	Отсутствие самокритики, неадекватное оценивание себя независимо от ситуации.	Адекватное оценивание себя независимо от ситуации.	Подросток самокритичен и неадекватно оценивает себя в любых ситуациях.	«Три оценки» (автор А.И. Липкина)
Устойчивость	Высокая устойчивость при оценивании.	Ситуативная устойчивость оценивания себя, возможность принятия и неприятия себя.	Неуверенность в себе, низкий уровень устойчивости своего оценивания.	2. «Лесенка» (Автор В.Г. Щур) - методика, направленная на определение устойчивости самооценки.
Уровень притязаний	Высокая оценка своих возможностей и достижений	Разумное оценивание своих возможностей и достижений	Низкая оценка своих возможностей, неудовлетворённость результатами	Методика Дембо-Рубинштейн (с модификации А. М. Прихожан)

Полученные по методике «Три оценки» (автор А.И. Липкина) данные показали результаты, представленные на рис. 1.

Исследование выявило, что у пяти подростков (33%) с ограниченными возможностями здоровья выявлен средний (адекватный) уровень самооценки. Несмотря на наличие физических ограничений, эти подростки способны более реалистично оценивать свои возможности, достижения и личные качества. Они отличаются открытостью, коммуникабельностью, активным участием в совместной деятельности и стремлением к конструктивному взаимодействию со сверстниками.

Низкий уровень сформированности самооценки был выявлен у девяти детей - (60%) от общего количества.



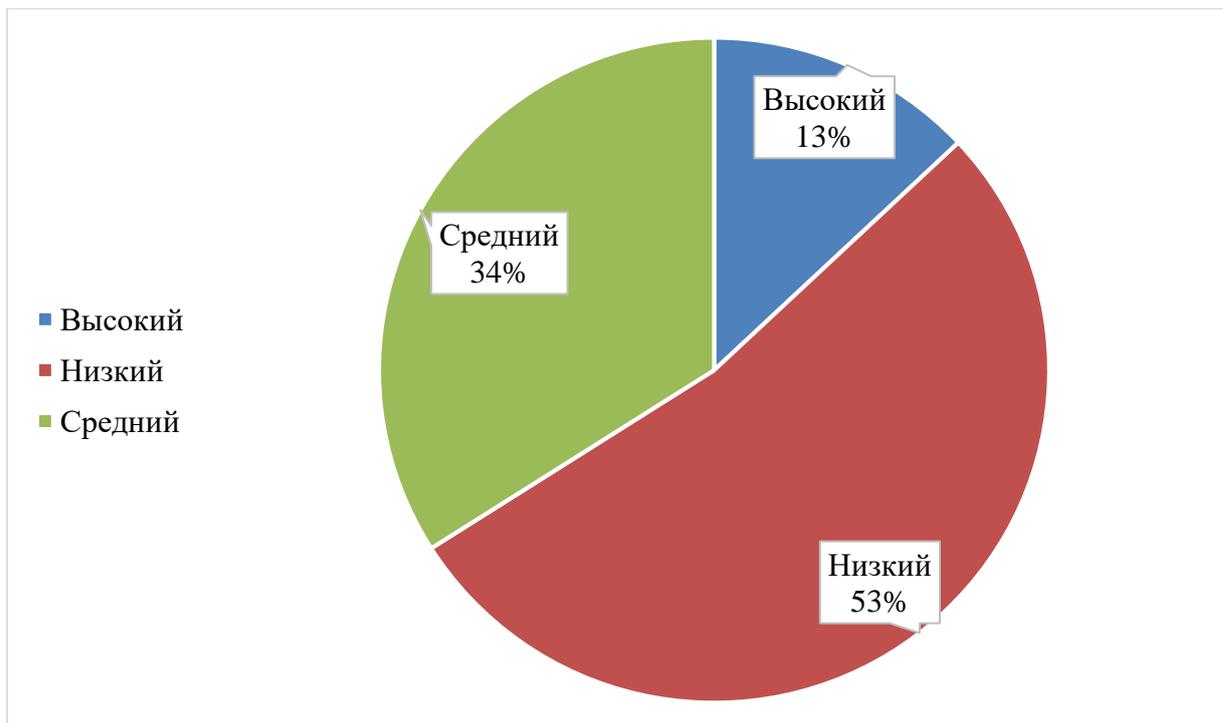
*Рис.1. Распределение детей по уровню адекватности самооценки на этапе констатирующего эксперимента*

Это связано с тем, что по причине заболевания у них отсутствует возможность регулярно посещать занятия и общаться со сверстниками в достаточной мере. В результате им сложнее выстраивать диалог, сотрудничать с другими детьми, и они чувствуют себя ущемленными и ненужными. По этой причине такие подростки предпочитают избегать участия в коллективной деятельности, не проявляют инициативу и держатся обособленно.

Высокий уровень самооценки зафиксирован у одного подростка - (7%).

Результаты исследования, полученные с помощью методики «Лесенка» В.Г. Щура (рис.2), свидетельствуют о том, что высокий уровень устойчивости самооценки выявлен у двух подростков (13%), пятеро подростков (34%) показали средний уровень устойчивости самооценки и

самый большой процент (53%) у восьми детей с низким уровнем устойчивости.



*Рис.2. Распределение детей по уровню устойчивости самооценки подростков с ОВЗ на этапе констатирующего эксперимента.*

Высокий уровень притязаний обнаружен у восьми детей, что составляет 54%, средний - пятеро детей (33%), низкий – два человека (13%). Такие результаты обусловлены возрастными особенностями подросткового возраста и зачастую бывают нестабильны. В нашем случае уровень притязаний сколь высок – столь и неустойчив, между показателями этих критериев расхождение очень незначительное.

Так же, из показателей видно, что уровень притязаний всегда выше уровня самооценки подростка. В редком случае эти уровни равны.

Высокий уровень притязаний, фиксируемый у детей с низкой самооценкой, в данном случае является потребностью в определённой положительной оценке других (в первую очередь сверстников и значимых взрослых).

Результаты, полученные с помощью методики Дембо-Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан) представлены на рис. 3.

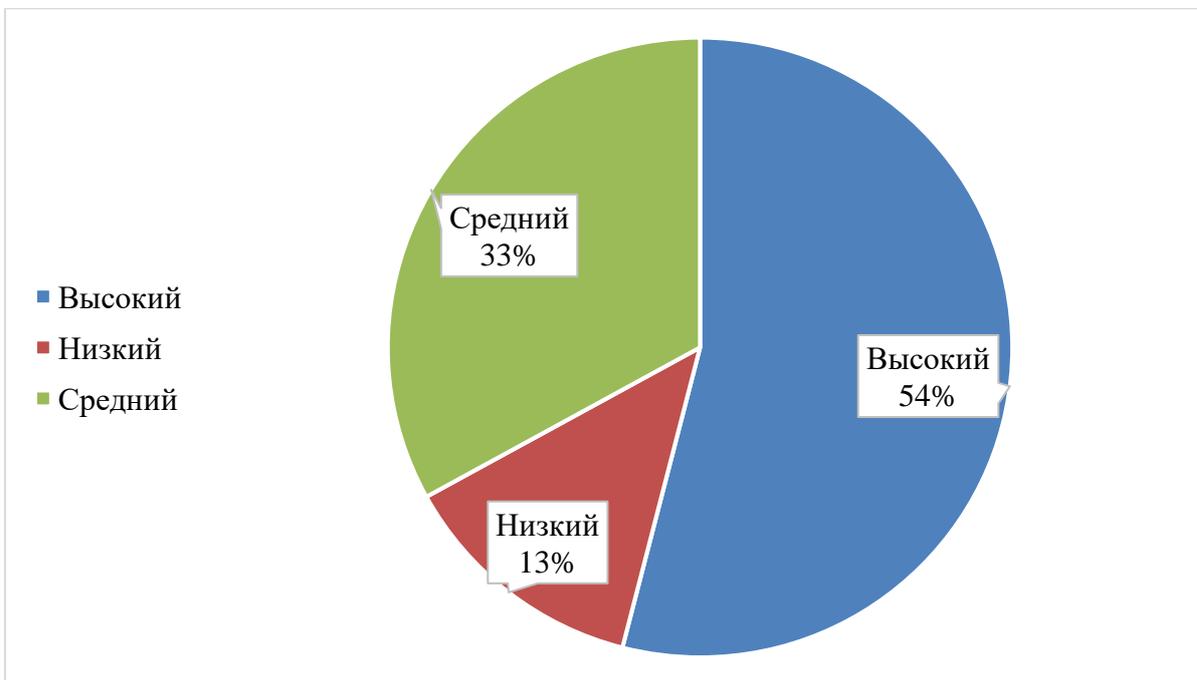


Рис.3. Распределение детей по уровню притязаний самооценки подростков с ОВЗ на этапе констатирующего эксперимента.

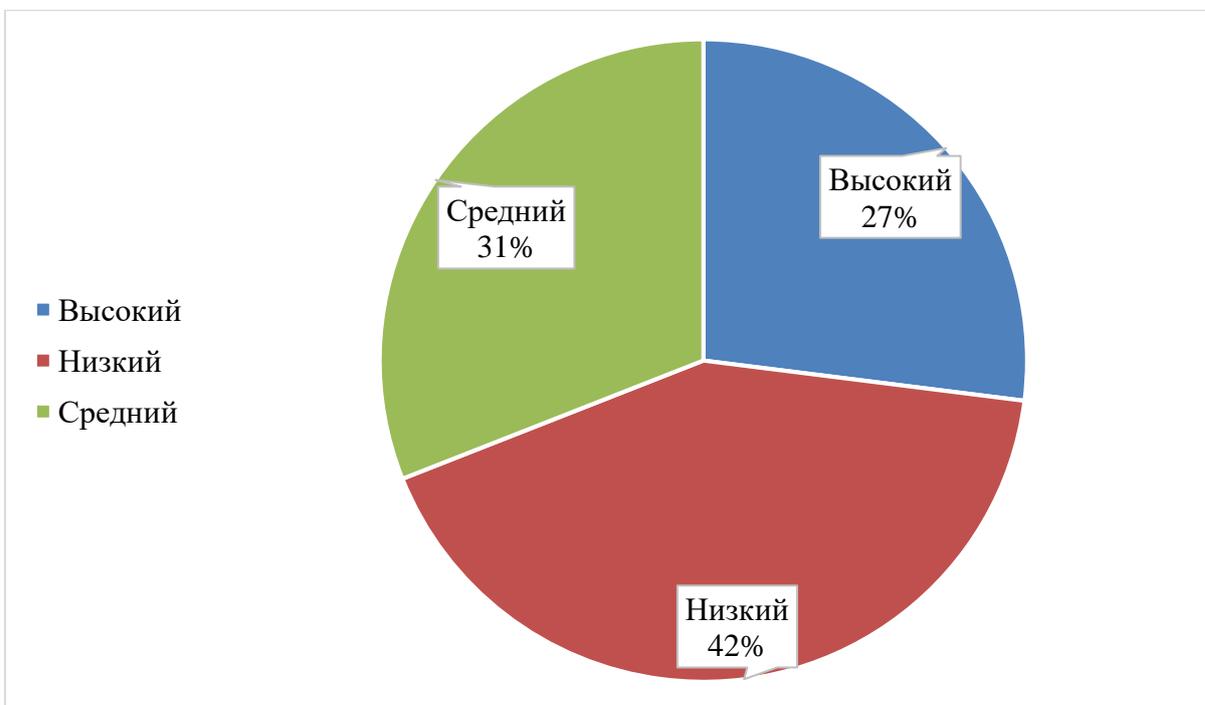


Рис.4. Анализ сводных данных самооценки подростков с ОВЗ на этапе констатирующего эксперимента.

Анализ сводных данных констатирующего эксперимента выявил, что у большинства подростков с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) экспериментальной группы наблюдается неустойчивая и неадекватная самооценка. При этом 42% участников исследования демонстрируют низкий уровень самооценки, 27% - высокий уровень, и средний уровень самооценки был выявлен у 31% респондентов.

В случае с детьми с ОВЗ – 31% адекватной самооценки – это относительно неплохой показатель. Подобные экспериментальные исследования на этапе констатирующего эксперимента нередко показывают худший результат. Мы предполагаем, что в нашей ситуации на результаты повлияло время проведения эксперимента – начало летних каникул.

Тем не менее данные констатирующего эксперимента приводят к выводу о необходимости проведения педагогом целенаправленной и систематической работы с подростками, направленной на формирование у них умения адекватно оценивать свои действия и личностные качества, что позволит сформировать у них более адекватную и устойчивую самооценку.

В этой связи было принято решение о разработке специальной программы, направленной на формирование устойчивой и адекватной самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья. Реализация данной программы планируется в рамках занятий по изобразительному искусству.

## **2.2. Разработка и реализация программы по формированию адекватной самооценки подростков с ОВЗ**

На основании результатов проведенного констатирующего эксперимента была разработана программа по изобразительной деятельности, направленная на формирование адекватной самооценки у младших подростков с ограниченными возможностями здоровья.

Ожидается, что успешная реализация программы в рамках формирующего эксперимента будет способствовать достижению положительных результатов, играющих важную роль в успешной социализации данной категории подростков [50].

План программы формирующего эксперимента представлен в Приложении В

Основным отличием данной программы является отсутствие принуждения и навязывания стереотипов [6]. Программа акцентирует внимание на уникальности и неповторимости каждого человека. Формирование адекватной самооценки и самоуважения, по мнению авторов, позволит подросткам в полной мере реализовать свой потенциал и стать востребованными членами общества.

Для активизации личностного и творческого потенциала подростков были созданы специальные психолого-педагогические условия, включающие в себя:

- формирование комфортной и дружественной атмосферы;
- возможность проявления творческой инициативы и самостоятельности;
- подчеркивание позитивных моментов и ситуаций успеха.

Цель программы: формирование адекватной самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья в процессе изобразительной деятельности.

Задачи программы:

- формировать у подростков положительное восприятие своего «Я»;
- формировать уверенность в себе и устойчивость самооценки;

- обучать детей навыкам самоанализа, умению правильно ставить цели и определять задачи;
- познакомить в теории и на практике с живописными и графическими материалами и техниками.

Первая часть посвящена теоретическим аспектам самопознания и развития коммуникативных навыков. Она включает в себя мини-лекции, интерактивные беседы, игры, упражнения и самоанализ. Применяемые методы способствуют пробуждению интереса к самопознанию и самоанализу, развитию навыков общения, формированию позитивного восприятия себя и окружающих, а также формированию адекватной самооценки [4; 14].

Упражнения представлены в приложении Г.

Вторая часть занятия носит творческий характер и направлена на ознакомление с произведениями искусства и различными художественными материалами. Подростки изучают техники живописи и графики, овладевают приемами работы в изучаемых техниках и выполняют свои оригинальные творческие работы. В этой части широко используются демонстрации педагогом приемов работы, презентации, наглядные пособия, репродукции, образцы работ, предметы для постановок из натур-фонда, а также организация выставок.

Творческая деятельность на занятиях играет важную роль в развитии творческого потенциала ребёнка, способствуя его раскрепощению, самовыражению, творческому сотрудничеству, и достижению конкретных результатов в форме созданного продукта, что также содействует формированию адекватной самооценки.

В процессе занятий используются различные педагогические методы: разъяснение, совет, напоминание, поощрение и художественное слово. Эти методы позволяют поддерживать у подростков позитивный настрой и интерес к занятиям, направлять и контролировать процесс обучения [18; 19].

Применяемые методики способствуют развитию мыслительных процессов, самонаблюдения и самоанализа, расширяют кругозор и развивают художественное восприятие окружающего мира. На практических занятиях подростки приобретают художественные навыки и раскрывают свои творческие способности. В совокупности все эти факторы способствуют формированию адекватной самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья.

А.Н. Леонтьев подчёркивал, что самоконтроль и самооценка являются неотъемлемыми частями единой системы учебной деятельности, следовательно, их следует рассматривать и развивать в комплексе [35].

Способность к оценке – это фундаментальная универсальная компетенция, которая необходима каждому человеку на протяжении всей его жизни. Поэтому перед педагогом стоит задача обучить подростка самооценке собственных (и совместных с другими) желаний, действий, поступков, достижений, а также уровня усвоения теоретических знаний и умения применять их на практике.

Для эффективного формирования самооценки у подростков были выявлены и реализованы следующие условия:

Взаимодействие педагога и учащихся в системе оценивания

1. Формирование единых стандартов оценки: необходимым условием является совместная работа педагога с учащимися по разработке ясных и конкретных критериев для оценки как теоретических знаний, так и практических навыков.
2. Психологическая подготовка учащихся: важным аспектом является создание благоприятной психологической атмосферы, способствующей объективному самоанализу результатов собственной учебной деятельности.
3. Самостоятельная оценка по критериям: процесс оценки должен быть организован таким образом, чтобы учащиеся могли свободно и независимо оценивать свои достижения в соответствии с разработанными критериями.

4. Анализ и выводы: по окончании процесса оценки необходимо провести совместный анализ полученных результатов и сделать соответствующие выводы о его эффективности.

Оценивание по критериям представляет собой метод, основанный на сравнении учебных и творческих достижений учащихся с заранее определенными, совместно выработанными стандартами, соответствующими целям и содержанию как теоретической, так и практической частей образовательной программы.

Использование оценки по критериям способствует развитию у учащихся следующих навыков:

- понимания и осознания критериев оценки и успеха, а также прогнозирования результатов своей работы;
- оценивания собственных достижений и результатов работы других членов группы;
- критического мышления, выражения различных точек зрения и решения практических задач.

Существует широкий спектр методик и приёмов формирования адекватной самооценки. В рамках нашей работы были использованы две методики оценки усвоенных знаний и их применения на практике.

1. Для оценки теоретических знаний подростков была применена методика «Карта знаний и открытий». Данная методика позволяет оценить уровень усвоения материала и соответствие полученных знаний критериям адекватности и устойчивости.

Самооценка теоретических знаний и практической работы представлена в Приложении Д.

### **Карта знаний и открытий**

Тема \_\_\_\_\_

На занятии я узнал(а)
-----------------------

На занятии я открыл(а) для себя...
Сегодня меня удивило...
Возникли неожиданные мысли о...
Сегодня я понял(а), что...
пригодится мне в дальнейшей жизни

**Практическая работа** оценивалась по выработанным общим критериям.

3. Алгоритм самооценки практической работы:

- Какова была главная идея работы? Что должно было получиться в итоге?
- Что нужно было сделать, чтобы достичь желаемого результата?
- Удалось ли получить нужный результат?
- Справился с работой полностью?
- Справился правильно или допустил ошибку? В чём?
- Справился самостоятельно или с чьей-либо помощью? В чём?
- Чему научился в процессе работы?
- Оцени свою работу и определи её уровень.
- Каков был уровень сложности работы?
- Готов ли ты взяться за более сложную задачу?

Критерии	Баллы		
	3 балла	2 балла	1 балл
Нестандартность, своеобразие идеи	1. Характер композиции, её целостность. 2. Нестандартные решения в создании образов, персонажей.	1. Характер композиции не в полной мере выразительный и целостный. 2. Проявлена попытка найти необычное решение в создании	1. Композиция не выразительна, отсутствует целостность композиции. 2. Использование стереотипных

		образов, персонажей.	шаблонных решений.
Рисунок. Передача пропорций и характера изображаемого объекта, формы и объема посредством светотеневой проработки и расположения в пространстве.	1. Пропорции и характер объекта переданы в полной мере. 2. Расположение в пространстве, форма и объём проработаны хорошо	1. Пропорции и характер объекта переданы не в полной мере. 2. Расположение в пространстве, форма и объём проработаны недостаточно.	1. Пропорции и характер объекта переданы не в полной мере. 2. Расположение в пространстве и светотеневой рисунок не проработан.
Грамотный выбор материала в соответствии с замыслом.	1. Художественный материал выбран в соответствии с замыслом. 2. Все возможности материала были использованы с целью реализации замысла.	1. Художественный материал выбран в соответствии с замыслом. 2. Не все возможности материала были использованы для реализации замысла.	1. Выбранный художественный материал не в полной мере соответствует замыслу. 2. Не все возможности материала были использованы для реализации замысла.
Передача эмоциональности при помощи средств художественной выразительности: формы, композиции, линии, ритма, цвета, фактуры.	1. Эмоциональное состояние человека, животного, природы передано в полной мере.	1. Проявлена попытка передать эмоциональное состояние человека, животного, природы.	1. Эмоциональное состояние в работе не передано.
Применение средств художественной выразительности с целью создания выразительного образа.	1. Все средства художественной выразительности использованы в полной мере.	1. Не все средства художественной выразительности использованы в полной мере.	1. Средства художественной выразительности использованы частично.
7-9 баллов высокий уровень освоения темы; 4-6 баллов – базовый уровень освоения темы; 1-3 балла – недостаточный уровень освоения темы;			

Работы детей представлены в Приложении Е.

По завершении программы формирующего эксперимента было проведено контрольное исследование самооценки подростков с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) с использованием ранее определенных методик.

В ходе исследования использовались следующие методики:

1. Определение устойчивости самооценки с помощью методики «Лесенка» (В.Г. Щур);
2. Определение уровня адекватности самооценки с помощью методики «Три оценки» (А.И. Липкина);
3. Характеристика самооценки по уровню притязаний с помощью методики Т.В. Дембо – С.Л. Рубинштейн.

Результаты повторного исследования уровня адекватности самооценки, проведенное с помощью методики «Три оценки» (А.И. Липкина), показали следующее: низкий уровень самооценки был выявлен у 7 человек (46%), адекватный – у 7 человек (47%), а высокий – у 1 подростка (7%).

Сравнительный анализ показателей адекватности самооценки до и после реализации программы представлен на рисунке 5.

Анализ данных, представленных на рисунке 1, свидетельствует о том, что число подростков с низким уровнем самооценки снизилось с 60% (на этапе констатирующего эксперимента) до 46% (на этапе контрольного среза), что составляет 14% - это двое детей. Показатели адекватного уровня самооценки также изменились на 14% выше, а высокий уровень остался без изменений - 7%.

Полученные результаты свидетельствует о формировании тенденции к росту адекватной самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья.

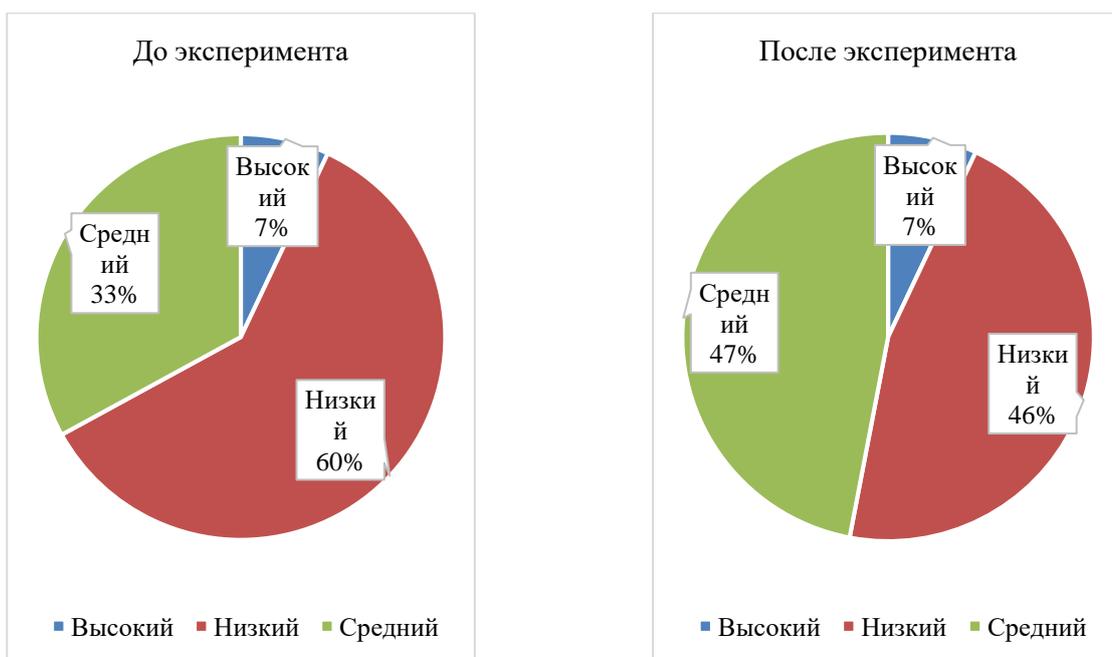


Рис.5. Сравнительные результаты исследований самооценки подростков по методике «Три оценки» (автор А.И. Липкина).

Несмотря на выявленную положительную динамику, сохраняется необходимость продолжения работы с данной категорией подростков для закрепления позитивного отношения к собственной личности.

Результаты повторного исследования уровня притязаний у подростков с ограниченными возможностями здоровья с использованием методики Дембо-Рубинштейна (в модификации А.М. Прихожан) продемонстрировали следующее распределение: семь подростков (47%) демонстрируют высокий уровень притязаний; ещё семь человек (47%) – средний; два человека (13%) имеют тенденцию к низкой самооценке.

Сравнительный анализ показателей самооценки по методике Дембо-Рубинштейна (в модификации А.М. Прихожан) до и после реализации формирующего эксперимента представлен на рисунке 6.

Анализ сравнительных данных, представленных на рисунке 6, демонстрирует изменение уровня самооценки у подростков. Количество подростков с низким уровнем притязаний осталось прежним 13%.

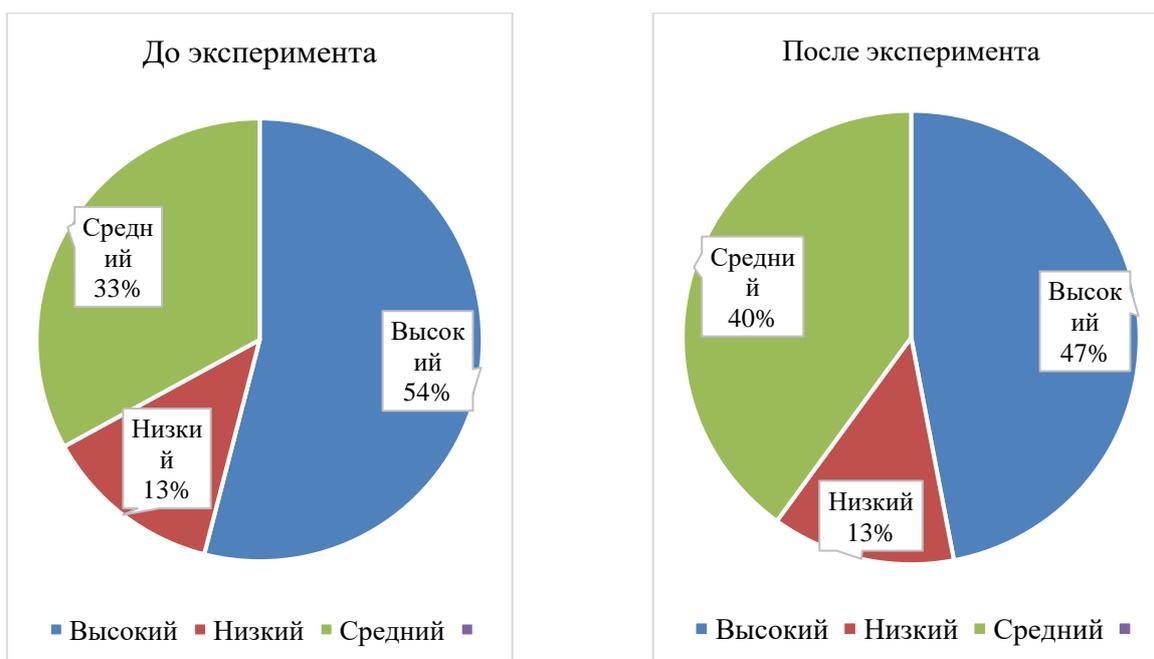


Рис.6. Сравнительные результаты исследований самооценки подростков по методике Дембо-Рубинштейн (в модификации А. М. Прихожан).

В то же время, процент подростков со средней самооценкой увеличился с 33% до 40%, добавив 14 %. Доля подростков с высокой самооценкой сократилась на 7 % - с 54% до 47%.

Контрольное исследование уровня устойчивости самооценки, проведенное с помощью методики «Лесенка» (автор В.Г. Щур), выявило следующие результаты: средний уровень самооценки наблюдается у пяти подростков (33%), у семи подростков (47%) самооценка завышена, и у трех подростков (20%) отмечается пониженная самооценка.

Сравнительный анализ показателей самооценки по методике «Лесенка» (автор В.Г. Щур) до и после реализации программы представлен на рисунке 7.

В итоге высокий уровень устойчивости вырос с (13%) – два человека до (33%), что составляет пять человек. Средний уровень самооценки с (34%) – четверо подростков поднялся до уровня (47%) – это пятеро детей и низкий уровень устойчивости с (53%) упал до (20%).

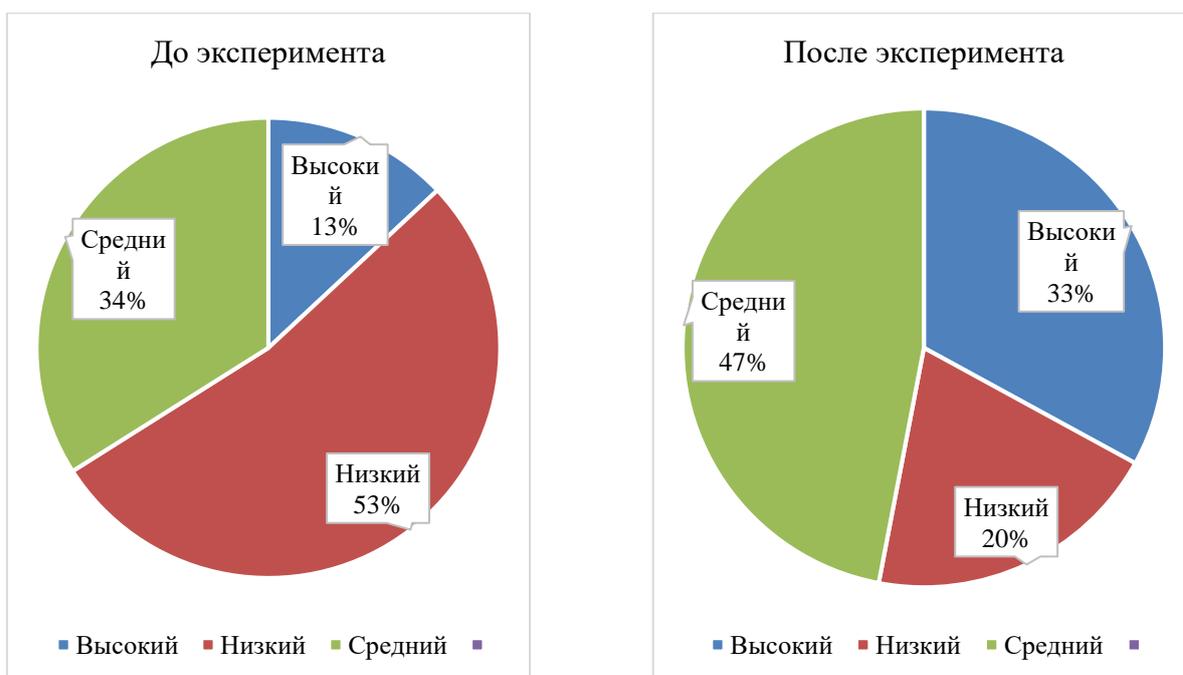


Рис.7. Сравнительные результаты исследований самооценки подростков по методике «Лесенка» (Автор В.Г. Щур).

Результаты констатирующего и формирующего эксперимента представлены в приложении Ж.

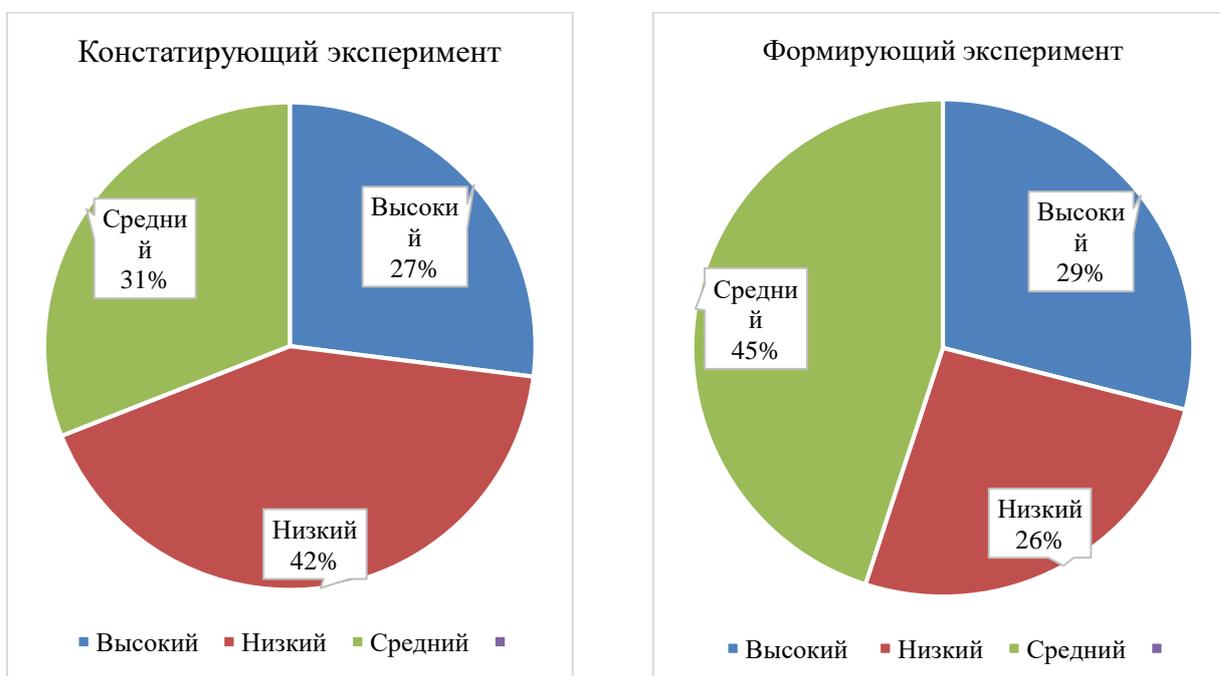


Рис.8. Сравнительные результаты исследований самооценки подростков на этапе констатирующего и формирующего экспериментов.

В целом в ходе эксперимента зафиксировано повышение уровня уверенности в себе у испытуемых, улучшение их эмоционального состояния,

развитие коммуникативных навыков и снижение проявления негативной самооценки.

Подростки с высокой, то есть адекватной самооценкой, способны как признавать свои достоинства и достижения, так и принимать к сведению свои недостатки. Они более реалистично оценивают свои возможности и способности.

У подростков со средней самооценкой наблюдается готовность браться за более сложные задачи и прилагать усилия для их решения. Однако им свойственна эмоциональная нестабильность, что препятствует их развитию.

Детям с низкой самооценкой свойственны сомнения в собственных силах, пассивность и зависимость от мнения окружающих. Они склонны недооценивать свои способности и возможности.

Проведенный формирующий эксперимент показал положительную динамику параметров самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья. По его завершении подростки стали демонстрировать более позитивное и реалистичное восприятие своих качеств, способностей и возможностей, а также тенденцию к адекватной самооценке.

Это позволяет сделать вывод об эффективности программы по формированию адекватной самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья.

## Выводы по Главе II

1. На базе Комплексного центра социального обслуживания населения «Сосновоборский» г. Сосновоборска было проведено экспериментальное исследование, имеющее целью формирование самооценки подростков с ограниченными возможностями здоровья в процессе занятий изобразительной деятельностью.

В данном исследовании был проведён статистический анализ полученных результатов в группе испытуемых. Оценивались зависимые переменные в начале и в конце экспериментального исследования. Вычислив среднее по всей выборке испытуемых, мы воспользовались критерием Стьюдента для установления наличия (или отсутствия) статистически достоверных различий между средними показателями до и после эксперимента.

С этой целью применялась следующая формула:

$$t = \frac{\sum d}{\sqrt{\frac{n \sum d^2 - (\sum d)^2}{n - 1}}} = \frac{\sum 78}{\sqrt{\frac{15 \sum 1268^2 - (\sum 78)^2}{15 - 1}}} = 2.57$$

где  $d$  – разность между результатами в каждой паре;

$d$  – сумма этих частных разностей;

$d^2$  – сумма квадратов частных разностей.

Полученные результаты сверены с таблицей  $t$ , по показателям, соответствующим объёму выборки ( $n - 1$ );  $n$ -это в данном случае число пар данных.

Расчёт по критерию Стьюдента представлен в приложении Е.

Обращая внимание на возраст и категорию детей, стоит отметить, что в нашем случае высокий уровень самооценки – это адекватная самооценка, средний уровень – это заниженная самооценка и низкий уровень – это уровень ниже среднего по показателям.

По итогам констатирующего эксперимента можно сделать соответствующие выводы:

По критерию адекватность у пяти подростков (33%) с ОВЗ выявлен адекватный уровень самооценки. Эти дети открыты, общительны, активно принимают участие в коллективных мероприятиях.

Низкий уровень адекватности самооценки был выявлен у девяти подростков - (60%) от общего числа детей.

Эти подростки по причине заболевания не могут стабильно посещать занятия, помимо этого некоторые из них находятся на домашнем обучении. В результате им сложнее выстраивать диалог, сотрудничать с другими детьми, и они чувствуют себя ущемленными и ненужными, держатся обособленно.

Высокий уровень адекватности самооценки зафиксирован у одного подростка - (7%).

В случае с детьми с ОВЗ – 31% адекватной самооценки – это относительно неплохой показатель. Но мы предполагаем, что в нашей ситуации на результаты повлияло время проведения эксперимента – начало летних каникул.

По критерию устойчивости самый высокий показатель выявлен у двух подростков (13%), для которых характерны такие качества как настойчивость, уверенность в достижении успеха, высокий уровень продуктивности и относительно адекватный уровень притязаний в сравнении с другими детьми.

Средний уровень устойчивости самооценки выявлен у пяти подростков (34%) и самый большой процент (53%) у восьми детей с низким уровнем устойчивости. Низкий уровень устойчивости в нашей ситуации свидетельствуют о эмоциональной нестабильности, недостаточной мотивации (или её отсутствии), также возможно чрезмерно критичное отношение к себе и результату своей работы.

Исследование уровня притязаний показало, что высокий уровень обнаружен у восьми детей, что составляет 54%, средний - пятеро детей

(33%), низкий – два человека (13%). Такие результаты обусловлены возрастными особенностями подросткового возраста и зачастую бывают нестабильны. Так же, из показателей видно, что уровень притязаний всегда выше уровня самооценки подростка, в редком случае эти уровни равны. В нашем случае уровень притязаний имеет значительное превосходство по сравнению с уровнем адекватности самооценки.

Анализ сводных данных констатирующего эксперимента выявил, что у большинства подростков с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) экспериментальной группы в целом наблюдается неустойчивая и неадекватная самооценка. При этом 42% участников исследования демонстрируют низкий уровень самооценки, 27% - высокий уровень, и средний уровень самооценки был выявлен у 31% респондентов.

2. По итогу констатирующего эксперимента было принято решение о разработке специальной программы, направленной на формирование устойчивой и адекватной самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья. Реализация данной программы планируется в рамках занятий по изобразительному искусству.

Такая программа была разработана и реализована в ходе формирующего эксперимента.

3. Результаты формирующего эксперимента: повторное диагностирование показало повышение уровня самооценки у подростков экспериментальной группы. Участники проявили повышенный интерес к самопознанию и саморазвитию, ознакомились с различными материалами и техниками в живописи и графике, а также продемонстрировали интерес к творчеству.

По итогу формирующего эксперимента показатели критерия адекватности самооценки повысились на 14 %, низкий уровень опустился также на 14%.

Полученные результаты свидетельствуют о формировании тенденции к росту адекватной самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья.

Показатели критерия устойчивости высокого уровня выросли на 20%, что соответствует трём подросткам. Средний уровень устойчивости также повысился на 13%, а низкий снизился до 33% - это пятеро детей.

Такой рост устойчивости самооценки можно объяснить проведённой с подростками работой. Необходимо отметить, что из 15 детей, принимавших участие в эксперименте, только один мальчик посещал аналогичные занятия по формированию самооценки. Другие дети в подобных занятиях участия не принимали.

Показатели критерия уровня притязаний по окончании реализации программы также изменились в лучшую сторону. Низкий уровень притязаний, который свидетельствует о неуверенности ребёнка в собственных силах остался прежним - 13 %, средний увеличился, добавив 7%. Доля подростков с высоким уровнем притязаний сократилась на 7% с 54% до 47%. Слишком высокий уровень притязаний показывает нереалистичную самооценку подростка. Таким образом, мы получили результат, который показывает более адекватный уровень притязаний.

Также важно отметить, что в ходе реализации программы дети, находящиеся на домашнем обучении, стали более раскрепощёнными, контактными, эмоционально позитивными.

4. В ходе формирующего эксперимента подтвердилась гипотеза о том, что самооценка подростков с ОВЗ станет более адекватной в процессе занятий изобразительным искусством, которое будет эффективным при соблюдении следующих условий:

- содержание занятий должно быть направлено на положительное восприятие подростком своего «Я» и повышение уровня устойчивости самооценки.

- на занятиях подростки познакомятся с широким спектром материалов по изобразительному искусству, что позволит им выполнять работы в разнообразных техниках.
- детям будет предоставлена возможность проявить творческую инициативу и самостоятельность, привнося в каждую работу собственные образы.
- будут учтены индивидуальные особенности каждого ребёнка и обеспечен индивидуальный подход на занятиях.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Самооценка представляет собой оценку человеком собственных качеств личности: характера, способностей, моральных ценностей, межличностных отношений, общественного статуса и достижений.

Формирование адекватной самооценки у подростков с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) является важной задачей и включает в себя оценку физических данных, интеллектуальных способностей, уверенности в себе, самостоятельности и умения строить отношения со сверстниками.

Анализ результатов начального этапа исследования показал, что у значительного числа подростков с ОВЗ выявляется нестабильная и неадекватная самооценка. Это свидетельствует о необходимости целенаправленной и систематической работы с данной категорией подростков по формированию адекватной самооценки.

С целью решения этой задачи была разработана и реализована программа, основанная на изобразительной деятельности и включающая методы, направленные на повышение адекватности и устойчивости самооценки. Кроме того, были созданы необходимые психолого-педагогические условия для эффективной реализации программы.

В процессе освоения знаний, правил и законов изобразительного искусства создаются условия для развития самонаблюдения, самопознания, формирования эмоционально-ценностного отношения к себе, умения планировать, анализировать и оценивать свою работу, что в итоге содействует повышению уровня адекватности самооценки у подростка.

Программой предусмотрено теоретическое и практическое ознакомление подростков с широким спектром материалов по изобразительному искусству, что позволит им выполнять работы в различных техниках.

Подводя итоги реализованной программы, можно сказать, что самооценка подростков с ОВЗ стала более адекватной и устойчивой.

Результаты эксперимента подтверждены методами статистической обработки данных с помощью критерия Стьюдента.

Полученные результаты формирующего эксперимента позволяют сделать вывод об эффективности реализованной программы по формированию адекватной самооценки подростков с ограниченными возможностями здоровья.

### Список используемых источников

1. Адекватная самооценка [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.psychologos.ru/articles/view/adekvatnaya-samoocenka>, свободный. - (дата обращения 12.02.2019).
2. Азимова Р.Н. Социально-психологическая природа самооценки и ее нравственный аспект // Известия АПАз ССР. 1969. № 3. С. 95 – 104.
3. Акатов Л.И. Социальная реабилитация детей с ограниченными возможностями здоровья. Психологические основы: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Гу-манит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — 368 с.
4. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001. 288 с.
5. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: учебник для вузов / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. М.: Академия, 2001. 248 с.
6. Ахметова О.А., Слободская Е.Р. Возрастные изменения личностных черт у подростков: обзор литературы // Культурно – историческая психология. 2013. № 4. С. 36-43.
7. Базарный В.Ф. Раскрепощение духовно-психических потенциалов ребенка средствами художественно-образных экологически «чистых» прописей (Методология, методика) Сергиев Посад, 1996. 88 с.
8. Белопольская Н.Л., Литовченко И.С. Психологический и телесный возраст подростков и юношей с реальными и мнимыми проблемами внешности // Психологическая наука и образование. 2014. Т.19. № 4. С. 72 - 80.
9. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М.: Прогресс, 2002. 307 с.
10. Бороздина Л.В. Сущность самооценки и ее соотношение с Я-концепцией // Вестник Московского университета. 2011. №1. С. 54 – 66.
11. Бражник А.М. Характеристика особенностей детей –инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья. // Молодой ученый Международный научный журнал № 47. 2022. С. 479
12. Бячкова Н.Б. Представления подростков о распределении ролей в семье в связи с удовлетворенностью браком их родителей // Мир педагогики и

психологии: международный научно-практический журнал. 2024. № 05.  
Режим доступа: <https://scipress.ru/pedagogy/articles/predstavleniya-podrostkov-o-raspredelenii-rolej-v-seme-v-svyazi-s-udovletvorennostyu-brakom-ikh-roditelej.html> (Дата обращения: 31.05.2024)

13. Волков Б.С. Психология подросткового возраста. М.: КНОРУС, 2016. 266 с.

14. Выготский Л.С. Психология искусства. М.: Педагогика, 1987. 344 с.

15. Гаврушева А. А. Арт-терапия // Научно-методический журнал «Концепт». 2016. Т. 11. С. 2006-2010.

16. Гайфулин А.В. Различные теоретические подходы в определении понятия самооценки // Вестник Томского государственного педагогического университета, 2009. №1. С. 73 – 76.

17. Газман О.С. Педагогика свободы: путь в гуманистическую цивилизацию XXI века // Новые ценности образования. Вып. 6. М., 1996. С. 10-37

18. Глузман А. В. Формирование позитивной самооценки у подростков с инвалидностью: теория и практика // Гуманитарные науки 2023. №3. С. 96-106.

19. Глухова Е.И. Специфика формирования самооценки в подростковом возрасте и ее влияние на социальное поведение. // Вестник Университета 2013. № 23. С. 237 – 240.

20. Гонина О.О. Практикум по общей и экспериментальной психологии. М.: Флинта, 2014. 542 с.

21. Данилова, Е.А. Взаимосвязь конфликта самооценки и поведения младших подростков.: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Е.А. Данилова. Ярославль, 2003. 192 с.

22. Данилюк А. Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в сфере общего образования: проект/ А. Я. Данилюк, А.М. Кондаков, В. А. Тишков. Рос. акад. образования. — М.: Просвещении, 2009

23. Джемс, У. Психология. М.: Педагогика, 1991. 368 с.

24. Ермолаева М.В. Психология развития. М.: Моск. псих-социал. институт; Воронеж: Издат-во НПО «МОДЭК», 2003. 376 с.
25. Зайцева И.А., Кукушин В.С, Ларин Г.Г., Румега Н.А., Шатохина В.И. Коррекционная педагогика / Под ред. В. С. Кукушина. Изд-с 2-е, перераб. и доп. М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2004. 352 с.
- Изучение мотивации поведения детей и подростков / под ред. Л.И. Божович и Л.В. Благонадёжиной. М.: «Педагогика», 1972. 352с.
26. Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий. СПб.: Питер, 2011. 701 с.
27. Карсканова Т.Ю. Метод арт-терапии в работе социального педагога с подростками с заниженной самооценкой [Электронный ресурс] // VII Международная студенческая научная конференция; Студенческий научный форум – 2015. – Режим доступа: <https://scienceforum.ru/2015/article/2015016001> (дата обращения 25.02.2023).
28. Қасен Г.А., Айтбаева А.Б. Арт-педагогика и арт-терапия в инклюзивном образовании. Алматы: Қазақ университеті, 2019. 184 с.
29. Колесов Д.В. Биология и психология пола М.: Изд-во Моск. психол.-социал. ин-та Флинта, 2000. 176 с.
30. Кон И. С. Открытие Я. М.: Политиздат, 1978. 367 с.
31. Краткий психологический словарь / под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. М.: Политиздат, 1985. 431 с.
32. Кулаков С. А. Основы психосоматики. СПб.: Речь, 2003. 288 с.
33. Куликова Т.И. Особенности коммуникативного поведения агрессивных подростков // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. 2024. № 07 (96). Режим доступа: <https://scipress.ru/pedagogy/articles/osobennosti-kommunikativnogo-povedeniya-agressivnykh-podrostkov.html> (Дата обращения: 31.07.2024)
34. Кокорева А.В., Евсеева О.Ю. Развитие творческого воображения обучающихся на занятиях по изобразительному искусству // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. 2024. № 04

- (93). Режим доступа: <https://scipress.ru/pedagogy/articles/razvitie-tvorcheskogo-voobrazheniya-obuchayushhikhsya-na-zanyatiyakh-po-izobrazitelnomu-iskusstvu.html> (Дата обращения: 30.04.2024)
35. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Смысл, Академия, 2005. 352 с.
36. Лукашенко Н.П., Лукашенко Д.А. Артпедагогика как средство коррекции и развития детей с ОВЗ // Психология, социология и педагогика. 2016. № 12. URL: <https://psychology.snauka.ru/2016/12/7538/> (дата обращения: 10.09.2024)
37. Лисина М.И. Формирование личности ребёнка в общении: Питер; СПб.; 2009
38. Липкина А.И. Самооценка школьника. М.: Знания, 1976. 64 с.
39. Мухина В.С. Изобразительная деятельность ребенка как форма усвоения социального опыта. М.: Просвещение, 1981. 149 с.
40. Мубинова В. Р., Шубович М. М. Специфика социокультурной реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья в современных условиях. // Молодой ученый Международный научный журнал № 17. 2023. С. 262
41. Молчанова Т.К., Виноградова Н.К. Составление образовательных программ. М., 2001. 311 с.
42. Педагогическая психология: учебник для бакалавров / под ред. В. А. Гуружапова. М.: Юрайт, 2016. 493 с.
43. Першина Л.А. Возрастная психология. М.: Альма-Матер, 2005. 256с.
44. Понятие самооценки и её виды [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.psinside.ru/ndos-534-1.html> (Дата обращения: 28.02.2023).
45. Прихожан А.М. Подросток в учебнике и в жизни. М.: Знание, 1990. 80 с.
46. Прихожан А.М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста. М., 2007.
47. Психологический словарь / под ред. Зинченко В.П., Мещеряковой Б.Г. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Педагогика-Пресс, 1999. 440 с.

48. Рубинштейн, С.Л. Принципы и пути развития психологии. М.: Изд-во Акад. наук СССР, 1959. 354 с.
49. Садыкова Л. Н. Психологическая характеристика процесса социализации детей с отклонениями в развитии. // Молодой ученый Международный научный журнал № 3. 2024. С. 481
50. Сомова Ю. В. Особенности представления о себе подростков группы риска по социальному сиротству // Психологическая наука и образование. 2007. № 5. С. 193-207.
51. Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2009. № 10. С. 46 – 49.
52. Умарова А.С. Половая специфика самооценки личности в подростковом возрасте // Сибирский педагогический журнал. 2014. № 6. С. 191 – 195.
53. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии: монография. М.: Наука, 1977. 144 с.
54. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования от 17.12.2010г. №1897 // Собрание законодательства Российской Федерации. 2010. № 21.
55. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. // Собрание законодательства Российской Федерации. 2012. № 53, ст. 7598.
56. Четверикова Т.Б. Концептуальные основы воспитания социальных ценностей подростков // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. 2024. № 08. Режим доступа: <https://scipress.ru/pedagogy/articles/kontseptualnye-osnovy-vozpitanija-sotsialnykh-tsennostej-podrostkov.html> (Дата обращения: 23.08.2024)
57. Терещенко В.В., Захаренкова Е.С., Терещенко Т.М., Кручинина С.И. Проблемы профессионального самоопределения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью (из опыта работы ПМПК) // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. 2024. № 04 (93). Режим доступа:

<https://scipress.ru/pedagogy/articles/problemy-professionalnogo-samoopredeleniya-obuchayushhikhsya-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-i-invalidnostyu-iz-opyta-raboty-pmpk.html> (Дата обращения: 30.04.2024)

58. Филина Н.А., Филиппова О.А. Возрастно-статусное самосознание и ценностные ориентации у юношей и девушек // Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал. 2024. № 04 (93). Режим доступа: <https://scipress.ru/pedagogy/articles/vozzrastno-statusnoe-samosoznanie-i-tsennostnye-orientatsii-u-yunoshej-i-devushek.html> (Дата обращения: 30.04.2024)

59. Яньшин П. В. Практикум по клинической психологии. Методы исследования личности. СПб: Питер, 2004. 336 с.

## Приложения

### Приложение А

#### Диагностические методики

##### Образец бланка диагностической методики «Три оценки»

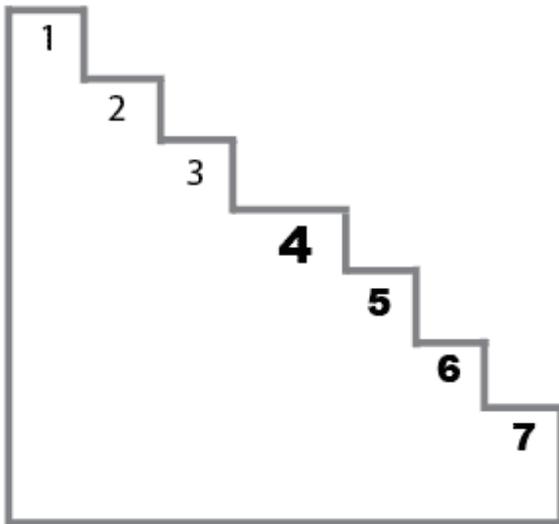
Имя Ф. \_\_\_\_\_

Три учительницы из разных школ оценивали ваши работы. У каждой сложилось свое мнение о выполненном задании, и поэтому они поставили разные оценки. Обведите кружочком ту, с которой вы согласны:

- оценка три **3**
  - оценка четыре **4**
  - оценка пять **5**
- 

##### Образец бланка диагностической методики «Лесенка»

Имя Ф. \_\_\_\_\_



Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то на самой верхней ступеньке, будут стоять самые хорошие ребята, чуть ниже – хорошие, ещё ниже – ни хорошие, ни плохие ребята, тут – плохие, а на самой нижней ступеньке – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Нарисуй кружочком своё место на лесенке. Объясни почему ты выбрал(а) эту ступеньку.

## Образец бланка диагностической методики Дембо-Рубинштейн

Уровень развития каждого качества можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя — самое высокое. Вам предлагаются семь таких линий. Они обозначают: здоровье; ум, способности; характер; авторитет у сверстников; умение многое делать своими руками, умелые руки; внешность; уверенность в себе.

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

*Шкала самооценки*

100	100	100	100	100	100	100
0	0	0	0	0	0	0
Здоровье	Умственные способности	Характер	Авторитет у школьников	Умелые руки	Внешность	Уверенность в себе

Диагностика самооценки подростков

Диагностика самооценки подростков по методике «Три оценки»

Имя Ф. Максим Г.

Три учительницы из разных школ оценивали ваши работы. У каждой сложилось свое мнение о выполненном задании, и поэтому они поставили разные оценки. Обведите кружочком ту, с которой вы согласны:

- оценка три  3
- оценка четыре  4
- оценка пять  5

Имя Ф. Вера Л.

Три учительницы из разных школ оценивали ваши работы. У каждой сложилось свое мнение о выполненном задании, и поэтому они поставили разные оценки. Обведите кружочком ту, с которой вы согласны:

- оценка три  3
- оценка четыре  4
- оценка пять  5

Имя Ф. Мася Ф.

Три учительницы из разных школ оценивали ваши работы. У каждой сложилось свое мнение о выполненном задании, и поэтому они поставили разные оценки. Обведите кружочком ту, с которой вы согласны:

- оценка три  3
- оценка четыре  4
- оценка пять  5

## Диагностика самооценки подростков по методике Дембо-Рубинштейн

Имя Ф. \_\_\_\_\_

Дембо-Рубинштейн

Уровень развития каждого качества можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя — самое высокое. Вам предлагаются семь таких линий. Они обозначают: здоровье; ум, способности; характер; авторитет у сверстников; умение многое делать своими руками, умелые руки; внешность; уверенность в себе.

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

*Шкала самооценки*

100	100	100	100	100	100	100
0	0	0	0	0	0	0
Здоровье	Умственные способности	Характер	Авторитет у сверстников	Умелые руки	Внешность	Уверенность в себе

Тимофей Ц.

Имя Ф. Костя Г

Дембо-Рубинштейн

Уровень развития каждого качества можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя — самое высокое. Вам предлагаются семь таких линий. Они обозначают: здоровье; ум, способности; характер; авторитет у сверстников; умение многое делать своими руками, умелые руки; внешность; уверенность в себе.

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

*Шкала самооценки*

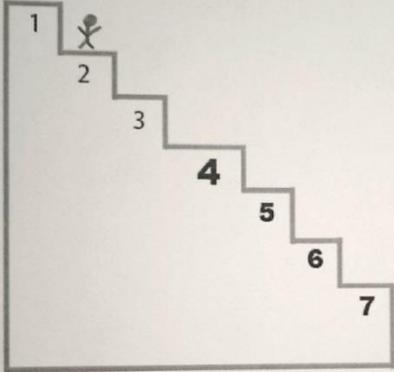
100	100	100	100	100	100	100
0	0	0	0	0	0	0
Здоровье	Умственные способности	Характер	Авторитет у сверстников	Умелые руки	Внешность	Уверенность в себе

Костя Г.

## Диагностика самооценки подростков по методике «Лесенка»

Лесенка

Имя Ф. Ева Ж

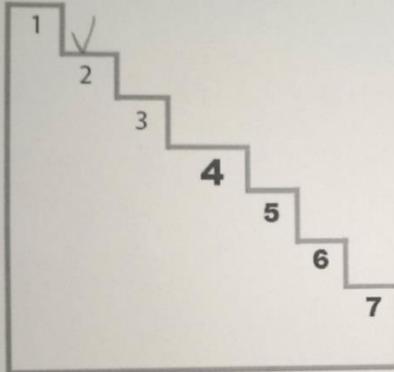


Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то на самой верхней ступеньке, будут стоять самые хорошие ребята, чуть ниже – хорошие, ещё ниже – ни хорошие, ни плохие ребята, тут – плохие, а на самой нижней ступеньке – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Нарисуй кружочком своё место на лесенке. Объясни почему ты выбрал(а) эту ступеньку.

Ева Ж.

Лесенка

Имя Ф. Артём Б.



Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то на самой верхней ступеньке, будут стоять самые хорошие ребята, чуть ниже – хорошие, ещё ниже – ни хорошие, ни плохие ребята, тут – плохие, а на самой нижней ступеньке – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Нарисуй кружочком своё место на лесенке. Объясни почему ты выбрал(а) эту ступеньку.

Артём Б.

Таблица 1. - План программы формирующего эксперимента

	Тема занятия	Критерии (качества)	Методы	Техники
1	Самопознание как творческий процесс	<u>Адекватность, устойчивость;</u>  (интерес к самопознанию и саморазвитию, представления о своем потенциале, ресурсах развития личности, самоанализ)	- Интерактивная беседа «Кто Я?» - упражнение «Моя Вселенная»; - просмотр презентации; - демонстрация работ, выполненных в разных техниках; - самооценка «Карта знаний»	Обзорное знакомство с различными материалами и техниками изобразительного искусства
2	Я и мои качества	<u>Адекватность, устойчивость;</u>  (умение разграничить себя и свои качества, самоанализ, самовыражение, построение собственного «Я» через получение отзыва от других,)	- игра «Моё отражение»; - интерактивная беседа «Я и мои качества»; - упражнение «Аквариум»; - рассказ, презентация; - демонстрация работ; - показ педагогом приёмов работы сухой пастелью; - учебный диалог; - мини-выставка, самооценка по критериям	- сухая пастель, (знакомство);  -выполнение пробного рисунка
3	Мои сильные стороны	<u>Адекватность, устойчивость;</u>  (актуализация представлений о своем идеальном «Я» через, самоанализ, самовыражение, умение видеть в себе сильные стороны)	- интерактивная беседа «Мои лучшие качества»; - упражнение «Мои сильные стороны»; - упражнение «Представь себя в виде животного»; - учебный диалог; - мини-выставка, самооценка по критериям	- сухая пастель;  - выполнение рисунка животного
4	Мои добрые дела	<u>Адекватность, устойчивость;</u>  (доброжелательность, умение позитивно воспринимать себя и других)	- игра «Деревья пожеланий»; - интерактивная беседа «О Добре»; - упражнение «Мои добрые дела»; - рассказ, презентация; - демонстрация работ; - показ педагогом приёмов работы тушью и	- тушь и перо в сочетании с акварелью/цветными карандашами (знакомство);

			пером; - учебный диалог; - самооценка «Пять открытий занятия»	
5	Три типа самооценки	<u>Адекватность, устойчивость;</u>  (умение брать на себя ответственность, умение трезво оценивать ситуацию)	- интерактивная беседа «Мой выбор»; - упражнение «Что я знаю о себе»; - учебный диалог; - мини-выставка, самооценка по критериям	- тушь и перо в сочетании с акварелью/цветными карандашами; - выполнение рисунка на свободную тему
6	Потребности, желания, цели	<u>Адекватность, устойчивость, уровень притязаний</u>  (умение ставить цели, умение брать на себя ответственность)	- интерактивная беседа «Потребности, желания, цели»; -упражнение «Я в прошлом, настоящем и будущем»; - рассказ, презентация; - демонстрация работ; - учебный диалог; - самооценка «Пять открытий занятия»	- гравюра на картоне (знакомство);  - создание эскиза гравюры; - выполнение печатной основы гравюры
7	Формула правильной цели	<u>Адекватность, устойчивость, уровень притязаний</u>  (умение ставить цели, определять задачи, умение брать на себя ответственность)	- интерактивная беседа «Формула правильной цели»; - упражнение «Перспектива»; - учебный диалог; - мини-выставка, самооценка по критериям	- гравюра на картоне; - печать гравюры
8	Твёрдый и мягкий	<u>Адекватность, устойчивость</u>  (уверенность в себе, самоанализ)	- интерактивная беседа «Твёрдый или мягкий?»; - упражнение «Твёрдый и мягкий»; - учебный диалог; - самооценка «Пять открытий занятия»; - мини-выставка, самооценка по критериям	- гризайль (знакомство); - создание эскиза - гризайль; - выполнение натюрморта
9	Я хороший, Ты хороший	<u>Адекватность, устойчивость</u>  (доброжелательность, умение строить конструктивный диалог, взаимное уважение, навыки ассертивности)	- интерактивная беседа «Я хороший, Ты хороший»; - упражнение «Я-высказывание»; - рассказ, презентация; - учебный диалог; - мини-выставка, самооценка по критериям	- сепия, сангина, уголь, мел, тонированная бумага (знакомство); - выполнение коллективной работы

10	Похвала себе	Адекватность, <u>устойчивость</u>  (умения ценить свои хорошие качества и добрые поступки, самоанализ)	- интерактивная беседа «Похвала себе»; - упражнение «Похвала себе»; - упражнение «Автопортрет» (описание); - учебный диалог; - мини-выставка, самооценка по критериям	Выполнение итоговой работы (материал по выбору)
11	Планирование и оформление выставки «Наше творчество».	<u>Адекватность</u> , <u>устойчивость</u> , уровень притязаний  (самоанализ, уверенность в себе, позитивное отношения к себе и другим)	- самооценка, оценка собственной/совместной деятельности - разработка выставочных проектов студии.	- оформление работ для выставки; - оформление выставки
12	Открытие выставки. Рефлексия. Общение с родителями, друзьями.	Адекватность, <u>устойчивость</u> , уровень притязаний  (уверенность в себе, позитивного отношения к себе и другим)	- реализация выставочных проектов студии;	- просмотр работ, выполненных в разных техниках

## Упражнения

**Упражнение «Моя Вселенная»**

Цель: формирование представления о своем потенциале, ресурсах развития личности.

В центре листа формата А4 нарисовать солнце и в нем написать букву «Я». От центра (солнца) прочертить линии — лучи солнца (18–20). Над каждым лучом написать вопрос, а под лучом ответ:

- Какие способности у меня есть?
- Какие книги мне нравятся?
- Какие музыкальные жанры я предпочитаю?
- О чем я мечтаю?
- О чем мне приятно вспоминать?
- Какой у меня характер?
- С каким настроением я чаще всего просыпаюсь по утрам?
- Что я умею делать лучше других?
- Какое у меня хобби?
- Есть ли у меня интересы и увлечения?
- Кем я хочу стать в будущем?
- Чего во мне больше: уверенности в себе или робости?
- Есть ли у меня чувство юмора?
- Как я отношусь к самому себе?

Ведущий подводит учащихся к выводу, что «звездная карта» каждого ученика показывает, сколько у него возможностей, насколько он уникален, что является общим для всех, что помогает человеку достичь успеха в жизни.



## Упражнение «Представь себя в виде животного»

Цель: актуализация представлений о себе самом и своем идеальном «Я».

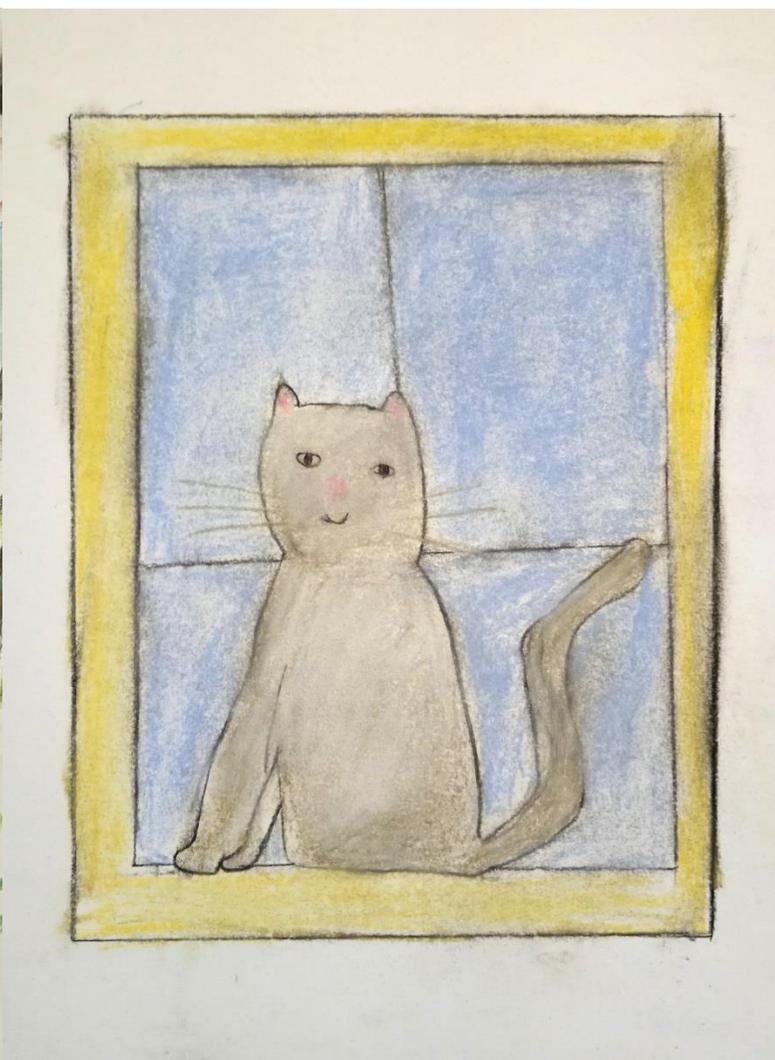
*- А сейчас попробуйте изобразить себя в виде животного, которым вы бы хотели больше всех быть. Объясните, пожалуйста, причины, по которым вы выбрали именно это животное, какие его черты вас привлекают? Есть ли у вас черты? Какие есть, а каких нет? Как их можно развить? Как вы думаете, окружающие люди видят в вас эти качества.*



Маша К.



Артём Б.



Вика П.



Максим Г.



Маша К.





## Упражнение «Мои добрые дела»

### Упражнение «Мои добрые дела»

1	Помочь Говитетийн на кухне
2	Помочь Доистичи покет бабушке
3	Помочь провести мероприятие
4	Помочь маме по Дому
5	Поддержать сестру
6	Помочь сестре с уроками
7	Помочь сделать поделку брату
8	Помочь отвести брата в садик
9	Помочь посидеть за братом
10	<del>Помочь на выходные</del> <del>Помочь</del> Проводить сестру.

Яна М.

### Упражнение «Мои добрые дела»

1	Помогла бабушке
2	Поливала растения
3	Маме с уборкой помогла
4	Маме посидеть помогла
5	Подруге помогла с математикой
6	Маме помогла сделать
7	
8	
9	
10	

Вероника М.

### Упражнение «Мои добрые дела»

1	Подари подарок бабушке.
2	Помогла маме проанализировать
3	Одноклассника под держал в трудную минуту
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

Артём Б.

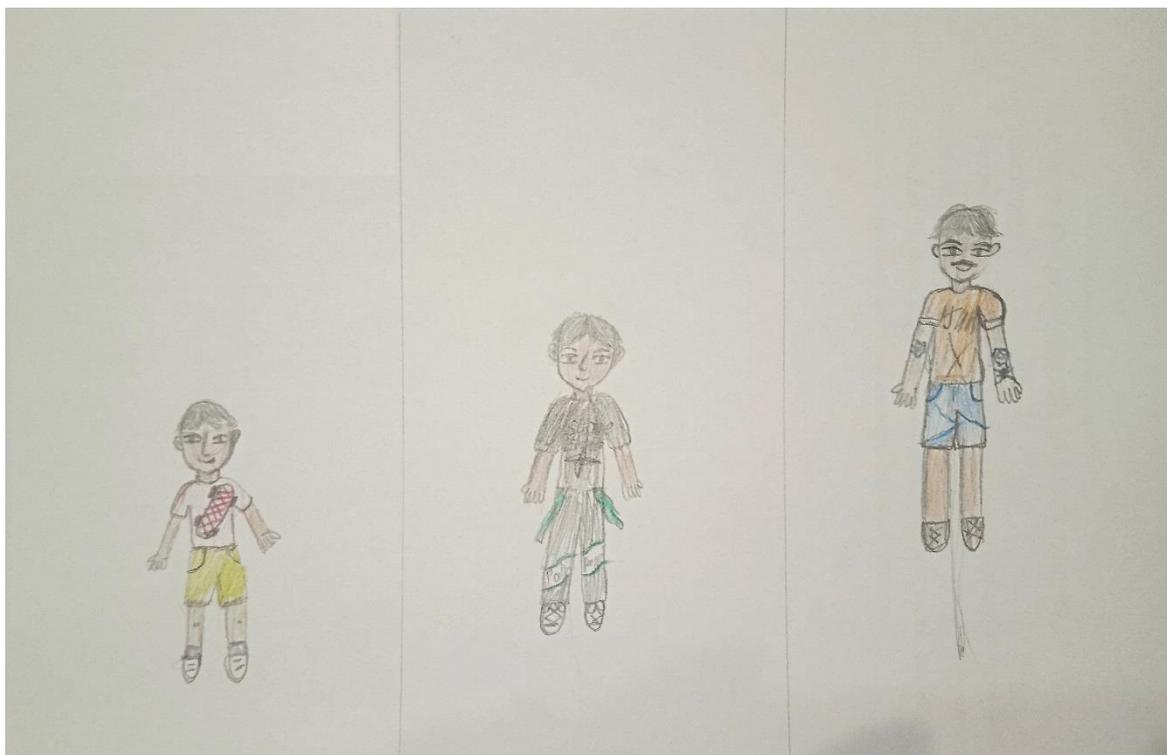
### Упражнение «Я в прошлом, в настоящем и в будущем»

На листе бумаги, разделённом на 3 части, вначале нарисуй себя, когда ты был маленьким, затем – какой ты сейчас, затем – каким ты будешь в будущем, когда вырастешь. Рядом с рисунком можно написать каким ты будешь.

Рисунок выполняется цветными карандашами, фломастерами.



Арсений Т.



Владислав Т.



Даша П.

## Упражнение «Перспектива»

### Упражнение «Перспектива»

“Сформулируй основные цели, которых ты хотел бы достичь в ближайшее время. Что тебя ждет в перспективе? К чему стремится твоя душа? Или, может быть, тебя ждут какие-то важные, но не зависящие от тебя дела? Итак, четкая и ясная перспектива твоих целей:

№	Цели	Задачи
1	выложить видео на канал	найти хорошую идею и звук
2	принять долги и сделать кризис по математике	не лениться
3	принять долги, и пока математика идет на танцы до танцев	успеть сделать математику
4	пока танцевать с мамой, ехать в кино	покупать и собираться.

А теперь главное - подумай, какие конкретные шаги нужно сделать для достижения этих целей. Что можете сделать только ты? Кому придется обратиться за помощью?

У тебя есть на это 10 минут. Успехов тебе!”

Вера Л.

### Упражнение «Перспектива»

“Сформулируй основные цели, которых ты хотел бы достичь в ближайшее время. Что тебя ждет в перспективе? К чему стремится твоя душа? Или, может быть, тебя ждут какие-то важные, но не зависящие от тебя дела? Итак, четкая и ясная перспектива твоих целей:

№	Цели	Задачи
1	чтобы заработала я была мамой	еще до школы работать и помогать маме.

А теперь главное - подумай, какие конкретные шаги нужно сделать для достижения этих целей. Что можете сделать только ты? Кому придется обратиться за помощью?

У тебя есть на это 10 минут. Успехов тебе!”

Таисия Ф.

Арсений Т.

### 9. Упражнение «Перспектива»

“Сформулируй основные цели, которых ты хотел бы достичь в ближайшее время. Что тебя ждет в перспективе? К чему стремится твоя душа? Или, может быть, тебя ждут какие-то важные, но не зависящие от тебя дела? Итак, четкая и ясная перспектива твоих целей:

№	Цели	Задачи
№1	Изучение х.	разработать материалы
№2	Найти по изд. х	добыть сведения
№3	— Прислать д.р. профессору	заправить кровать
№4	—	

А теперь главное - подумай, какие конкретные шаги нужно сделать для достижения этих целей. Что можете сделать только ты? Кому придется обратиться за помощью?

У тебя есть на это 10 минут. Успехов тебе!”

Арсений Т.

Самооценка творческой работы

**Творческая работа**

(оценивалась по выработанным общим критериям)

*Алгоритм самооценки творческой работы:*

- Какова была главная идея работы? Что должно было получиться в итоге?
- Что нужно было сделать, чтобы достичь желаемого результата?
- Удалось ли получить нужный результат?
- Справился с работой полностью?
- Справился правильно или допустил ошибку? В чём?
- Справился самостоятельно или с чьей-либо помощью? В чём?
- Чему научился в процессе работы?
- Оцени свою работу и определи её уровень.
- Каков был уровень сложности работы?
- Готов ли ты взяться за более сложную задачу?

**Самооценка творческой работы по критериям**

Критерии	Баллы		
	3 балла	2 балла	1 балл
Оригинальность замысла		✓	
Рисунок. Передача пропорций, формы и объема	✓		
Адекватность выбранного художественного материала	✓		
Эмоциональность (с помощью композиции, цвета, линии, ритма, фактуры, формы)			✓
Использование средств художественной выразительности	✓		
11-15 баллов высокий уровень освоения темы; 6-10 баллов – базовый уровень освоения темы; 1-5 балла – недостаточный уровень освоения темы;			

Итог по баллам 12,5

Алина Ж.

Арсений Т

### Творческая работа

(оценивалась по выработанным общим критериям)

Алгоритм самооценки творческой работы:

- Какова была главная идея работы? Что должно было получиться в итоге?
- Что нужно было сделать, чтобы достичь желаемого результата?
- Удалось ли получить нужный результат?
- Справился с работой полностью?
- Справился правильно или допустил ошибку? В чём?
- Справился самостоятельно или с чьей-либо помощью? В чём?
- Чему научился в процессе работы?
- Оцени свою работу и определи её уровень.
- Каков был уровень сложности работы?
- Готов ли ты взяться за более сложную задачу?

### Самооценка творческой работы по критериям

Критерии	Баллы		
	3 балла	2 балла	1 балл
Оригинальность замысла	—		
Рисунок. Передача пропорций, формы и объема	— 6		
Адекватность выбранного художественного материала	— 12		
Эмоциональность (с помощью композиции, цвета, линии, ритма, фактуры, формы)	— 6		
Использование средств художественной выразительности	— 3		
11-15 баллов высокий уровень освоения темы; 6-10 баллов – базовый уровень освоения темы; 1-5 балла – недостаточный уровень освоения темы;			

Итог по баллам ~~710~~ 15

Арсений Т.

И. Ф.

### Творческая работа

(оценивалась по выработанным общим критериям)

Алгоритм самооценки творческой работы:

- Какова была главная идея работы? Что должно было получиться в итоге?
- Что нужно было сделать, чтобы достичь желаемого результата?
- Удалось ли получить нужный результат?
- Справился с работой полностью?
- Справился правильно или допустил ошибку? В чём?
- Справился самостоятельно или с чьей-либо помощью? В чём?
- Чему научился в процессе работы?
- Оцени свою работу и определи её уровень.
- Каков был уровень сложности работы?
- Готов ли ты взяться за более сложную задачу?

### Самооценка творческой работы по критериям

Критерии	Баллы		
	3 балла	2 балла	1 балл
Оригинальность замысла		✓	
Рисунок. Передача пропорций, формы и объема		✓	
Адекватность выбранного художественного материала	✓		
Эмоциональность (с помощью композиции, цвета, линии, ритма, фактуры, формы)		✓	
Использование средств художественной выразительности		✓	
11-15 баллов высокий уровень освоения темы; 6-10 баллов – базовый уровень освоения темы; 1-5 балла – недостаточный уровень освоения темы;			

Итог по баллам 12

Таисия Ф.



Рисунки детей



Тимофей Ц.



Аделина Ц.



Костя Г.



Вероника М.



Яна М.



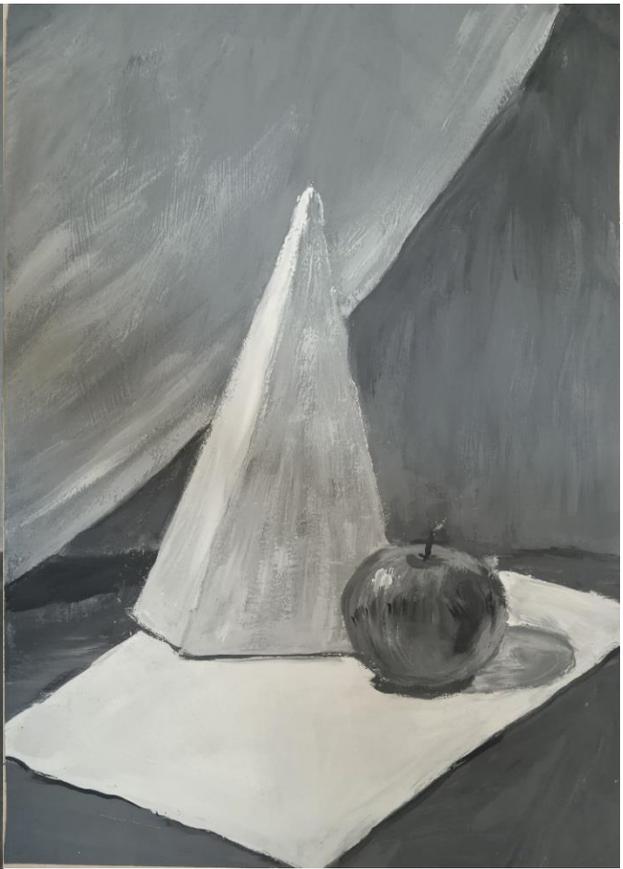
Ева Ж.



Маша К.



Максим Г.



Даша П.



Владислав Т.



Арсений Т.



Аделина Ц.



Алина Ж.

## **Конспекты занятий программы формирующего эксперимента**

### *Занятие №1 – «Самопознание как творческий процесс» (2 часа)*

Задачи:

- Ознакомить детей с понятиями самонаблюдение, самоанализ, самооценка.
- Пробудить интерес к самопознанию и саморазвитию через творческий процесс.
- Дать понятие о разнообразии живописных и графических техник изобразительного искусства.
- Мотивировать к освоению различных техник изобразительного искусства.

*Ориентировочный алгоритм проведения занятия:*

Введение в тему занятия через Интерактивную беседу «Кто я? Какой Я?».

*Педагог: здравствуйте, девочки и мальчики. Сегодня у нас особенное занятие. Мы будем говорить о себе. «Кто Я? Какой Я?» - такие вопросы задаёт себе каждый из нас. Но легко ли ответить на этот вопрос? Наше «Я» такое многогранное, такое разное и непредсказуемое. Иногда это «Я» очень разумное, иногда, наоборот, безрассудное, иногда мы бываем обижены, разгневаны, бываем веселы или грустны. Мы можем поставить цель и достичь успеха, а иногда делаем что-либо вопреки своей воле. С точки зрения психологии человек может любить окружающий мир и других людей настолько, насколько он любит себя самого. Как же нам разобраться в себе? Давайте попробуем заглянуть в себя.*

*Как мы можем узнать, понять себя лучше?*

*Что такое самонаблюдение, самоанализ самооценка?*

*Какой бывает самооценка?*

Педагог задает вопросы, на которые учащиеся высказывают свои предположения. В беседе обсуждаются такие понятия как: самонаблюдение, самоанализ, самооценка.

Педагог: *А теперь, чтобы лучше понять свой внутренний мир, я предлагаю вам выполнить одно интересное упражнение, оно называется «Моя вселенная».*

Педагог объясняет, как выполнить упражнение «Моя Вселенная» (цель: формирование представления о своем потенциале, ресурсах развития личности). Дети выполняют упражнение.

Педагог: *теперь, когда вы выполнили упражнение, написали свои ответы на вопросы, я предлагаю вам зачитать те ответы, какие вы хотите, которые могут рассказать окружающим о вашей личности, о ваших интересах. Например, какие книги вы читаете или какую предпочитаете музыку и т.д.*

Дети зачитывают ответы, рассказывают о себе своими словами.

Проведение дискуссии «Как влияет творчество на самооценку?»

Педагог: *итак, мы в ходе беседы выяснили, что самооценка зависит от многих факторов, в том числе и от умения что-либо делать хорошо. В упражнении вы все написали, что ваше хобби – рисование. Как вы считаете, умение рисовать, заниматься творчеством как влияет на вашу личность? Если вы развиваете ваши умения, раскрываете свои творческие способности, то как это влияет на вашу самооценку?*

Ответы детей, общение.

Итогом дискуссии становится предложение познакомиться и освоить несколько живописных и графических техник изобразительного искусства.

Перерыв 20 минут.

Творческая часть. Обзорное знакомство с живописными и графическими техниками изобразительного искусства.

Педагог: *поскольку мы с вами решили познакомиться с новыми техниками и материалами в живописи и графике, то я предлагаю вам посмотреть небольшую презентацию, а после презентации посмотреть работы, выполненные в различных техниках, а также вы увидите разные виды материалов (краски, мелки и пр.)*

Просмотр презентации, демонстрация работ, выполненных разными материалами в различных техниках, общение.

Рефлексия - самооценка «Карта знаний и открытий».

На этом наше занятие закончено. Благодарю вас всех, до новых встреч.

### *Занятие №2 – «Я и мои качества» (2 часа)*

Задачи:

- Познакомить детей в доступной для них форме с понятием «дифференцированная самооценка», объяснить, как адекватно оценивать себя, разграничивая себя и свои качества.
- Познакомить детей с сухой пастелью, её свойствами и особенностями, приёмами и способами работы.
- Выполнить пробный рисунок.

#### *Ориентировочный алгоритм проведения занятия:*

Повторение материала предыдущего занятия.

*Педагог: здравствуйте, дети. Сегодня у нас занятие на тему «Я и мои качества», но, прежде чем начать новую тему, давайте вспомним о чём мы беседовали в прошлый раз, какие выводы сделали и какое приняли решение.*

*Дети рассказывают о чём беседовали на прошлом занятии.*

*Педагог: очень хорошо, вы все хорошо усвоили материал прошлого занятия. А сейчас я предлагаю вам поиграть. Игра называется «Моё отражение». Смысл игры в том, чтобы взглянуть на себя в зеркало и увидеть там человека, которого можно любить, уважать и хвалить за хорошие качества и поступки, за то доброе и хорошее, что в нём есть. Я уверена, что у каждого из вас есть хорошие качества, поступки, способности, за которые вы можете себя похвалить. Я могу быть первой и показать, как это может выглядеть.*

Педагог, глядя в зеркало, называет свои хорошие качества, умения и т.д., показывая детям пример.

Педагог: *кто следующий?*

Дети включаются в игру.

Игра «Моё отражение» (самоанализ, самовыражение);

Педагог: *ребята, понравилась ли вам игра? Сложно было или легко? Если сложно, то что именно?*

*А сейчас мы побеседуем о том, как важно уметь разграничивать себя и свои качества. Бывает ли так, что вы сделали что-либо плохо (например, получили плохую оценку) и чувствуете себя плохо, то есть, что вы весь совсем плохой (плохая)? Как вы чувствуете себя в такой ситуации?*

Ответы детей.

Педагог: *важно понимать, что вы и ваш поступок – не одно и то же. У вас есть свободная воля принимать решение как поступить. Если мы сделали что-то плохо, то на это всегда есть причины. Вы можете подумать и найти эти причины, которые привели к данной ситуации. Может быть у вас не хватило опыта (вы ещё дети), может быть вы растерялись, может быть у вас не хватило сил или терпения и т.д. Очень важно разделять себя и свои поступки. Если человек совсем плохой (я таких не знаю, в каждом человеке есть добро), то он не смог бы делать хороших поступков. Но я уверена, что вы очень хорошие и добрые девочки и мальчики. Я предлагаю вам сейчас выполнить очень хорошее упражнение, которое поможет вам обращать внимание и ценить ваши хорошие качества и разделять свои качества и поступки.*

Педагог объясняет, как выполнять упражнение.

Упражнение «Мои сильные стороны» (самоанализ, позитивное принятие себя). Обсуждение.

Педагог: *ребята, понравилось ли вам такое упражнение? Сложно было его выполнить? Что именно было сложным? Какую вы получили пользу?*

Ответы детей, обсуждение.

Перерыв 20 минут.

Творческая часть. Знакомство с техникой рисования сухой пастелью.

Педагог: *сегодня мы с вами будем знакомиться с мягкими материалами. К мягким материалам относятся сухая пастель, сепия, сангина, соус, уголь, мел. Мягкими их называют потому, что они действительно мягкие, сыпучие. И в первую очередь мы познакомимся с сухой пастелью.*

*Сухая пастель – это мелки очень похожие на мел, но цветные, значительно меньшего размера и более высокого качества. Мелки сухой пастели имеют либо круглую форму, либо прямоугольную. Рисуют сухой пастелью на бумаге, которая имеет шероховатую поверхность, так как она лучше удерживает мелок.*

Рассказ о сухой пастели, показ презентации, репродукций работ художников.

Демонстрация образцов работ, выполненных сухой пастелью.

Практическое занятие: знакомство с приёмами работы сухой пастелью.

Педагог: *дети, вы узнали, что такое мягкие материалы и в том числе сухая пастель, посмотрели работы, выполненные в этой технике. А сейчас я покажу вам как рисуют пастелью, познакомлю вас с приёмами и способами рисования в этой технике.*

Педагог объясняет и показывает приёмы и способы рисования пастелью в виде мини-упражнений (штриховка, растушёвка, градиент и т.д.). Дети выполняют вслед за педагогом. Педагог контролирует и корректирует работу ребёнка в случае необходимости.

Педагог: *ребята, вы познакомились и попробовали выполнить приёмы рисования сухой пастелью. Все старались и у вас хорошо получилось. Вы молодцы! А теперь можно нарисовать для начала что-нибудь простое, например, яблоко, но двух цветов – один бочок, например, жёлтый, а другой – красный. И пусть это яблочко лежит на столе. Начинаем.*

Дети выполняют пробный рисунок. Педагог контролирует, помогает при необходимости.

Педагог: *дорогие мальчики и девочки, вы прекрасно справились с задачей, у каждого из вас получилось маленькое чудесное яблочко. Это только начало. Впереди вас ждёт много интересного. А сейчас наше занятие окончено, до следующей встречи.*

*Занятие № 3 – «Я – любимый» (2 часа)*

Задачи:

- Развивать в детях умение видеть в себе сильные стороны, формировать адекватность и устойчивость самооценки через позитивное восприятие себя.
- Формировать практические навыки работы сухой пастелью в процессе выполнения работы над рисунком.

*Ориентировочный алгоритм проведения занятия:*

Повторение материала предыдущего занятия.

Педагог: *здравствуйте, девочки и мальчики, очень рада вас снова видеть. Предлагаю вам вспомнить наше прошлое занятие, о чём мы беседовали? что нового узнали? чем занимались?*

Дети вспоминают материал прошлого занятия, рассказывают, дополняют друг друга.

Педагог: *всё верно, молодцы, вы хорошо усвоили тему прошлого занятия. Теперь мы можем идти дальше, но сначала я предлагаю вам поиграть в игру-упражнение, которая называется «Аквариум».*

Педагог объясняет правила игры.

Игра-упражнение «Аквариум» (осознание и переживание чувств, эмоций и особенностей своего характера, построение собственного «Я» через получение отзыва от других).

Педагог: *ребята, вам понравилась игра? Что вы чувствовали, когда вас хвалили другие? Что было легче: похвалить другого или принять комплименты?*

Обсуждение.

Педагог: *а сейчас мы поговорим о любви к себе. Как вы думаете, что значит любить себя? Как можно понять любит себя человек или нет?*

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: *любить себя – это значит принимать себя такими, какие вы есть, стараться видеть в себе хорошее, доброе, позитивное и ценить себя за это. Любить себя – это не осуждать себя за плохие поступки и ошибки, но искать причины, которые привели вас к тому, что получилось плохо, разбирать (анализировать) и стараться исправить и учесть на будущее. Так мы обретаем опыт. Это важно.*

Педагог: *а сейчас я предлагаю вам написать письмо самому любимому человеку на свете. Как вы думаете, кому?*

Ответы детей.

Педагог: *конечно, этот человек – вы сами. Невозможно быть счастливым, не любя себя самого. Итак, пишем письмо себе любимому!*

Дети пишут письмо.

Педагог: *пусть это письмо полежит у вас где-нибудь в укромном месте, а когда пройдёт время, вы достанете его и почитаете. В тот момент это будет письмо себе самому из прошлого. Это будет очень интересно.*

Перерыв 20 минут.

Творческая часть. Выполнение работы сухой пастелью на свободную тему.

Педагог: *а сейчас, ребята, я предлагаю вам порисовать сухой пастелью, технику которой вы осваивали на прошлом занятии. Самый первый рисунок яблочка – это пробный рисунок, выполненный пастелью. А сейчас давайте пофантазируем и каждый нарисует свой особенный рисунок. Можете приниматься за работу.*

Дети рисуют.

Педагог: *а сейчас мы будем оценивать каждый свою работу по критериям.*

Оценивание творческой работы по совместно утверждённым критериям.

Педагог: *дети, как вы оцениваете свою работу? Что у вас получилось лучше всего? Над чем ещё надо поработать? Все ваши работы интересные, необычные, уникальные.*

*На этом наше занятие закончено, до свидания, до следующей встречи.*

#### *Занятие № 4 - «Мои добрые дела» (2 часа)*

Задачи:

- Формировать адекватность и устойчивость самооценки, доброжелательность, позитивное восприятие себя и других.
- Знакомить детей с особенностями работы мягкими материалами на тонированной бумаге.
- Выполнить работу мягкими материалами (сангина, уголь, мел) на тонированной бумаге.

#### *Ориентировочный алгоритм проведения занятия:*

Педагог: *здравствуйте, дети. Как ваше настроение? Сегодня я сразу предлагаю вам поиграть, и игра подскажет вам тему сегодняшнего занятия.*

Педагог объясняет правила игры и раздаёт материал.

Игра «Деревья пожеланий».

Педагог: *посмотрите, ребята, вы написали одно доброе пожелание, а получили намного больше. Как ваше настроение сейчас? Оно изменилось с начала занятия? Если изменилось, то как?*

*А сейчас вы можете сказать какой будет тема нашего занятия?*

Ответы детей.

Педагог: *верно, сегодня мы поговорим о доброте. Но сначала я прочитаю вам притчу.*

Педагог читает притчу о доброте «Стакан молока».

Педагог: *дети, что вы чувствовали, когда слушали притчу? Поделитесь, пожалуйста, своими чувствами и мыслями. Чему учит эта притча?*

*Нам важно помнить, что на всё то доброе и хорошее, что делают для нас люди, необходимо отвечать также добром. Лучшие человеческие качества проявляются в добрых делах.*

*Давайте поразмышляем, каким образом проявляется добро в моей (твоей) жизни? Какие добрые дела я могу сделать (или уже сделал)? Поделитесь своими мыслями, расскажите о своих добрых делах.*

Беседа о том, как проявляется в нашей жизни добро.

Педагог: *а сейчас, ребята, я предлагаю вам выполнить упражнение «Мои добрые дела».*

Педагог объясняет упражнение. Упражнение «Мои добрые дела».

Педагог: *как вы себя чувствуете, когда вам оказывают внимание, проявляют заботу и любовь? Как вы себя чувствуете, когда вы проявляете заботу и делаете добро другим? Что вы вынесли из нашего занятия? Какое решение приняли?*

Обсуждение.

Перерыв 20 минут.

Творческая часть.

Знакомство с техникой рисования мягкими материалами на тонированной бумаге.

Рассказ, показ презентации.

Педагог: *сегодня я расскажу вам о технике рисования мягкими материалами на тонированной бумаге. Какие мягкие материалы вы знаете кроме сухой пастели?*

Ответы детей.

Педагог: *верно – это соус, сепия, сангина, уголь и мел. Но сегодня мы будем рисовать сангиной, углём и мелом. Эту технику рисования использовали художники эпохи Возрождения и называли её техникой «трёх карандашей».*

*На латинском языке «сангина» означает «кроваво-красный» из-за рыжих или красно-коричневых оттенков.*

*Но самыми древними художественными материалами, которыми пользовались ещё первобытные художники являются, конечно, мел и уголь.*

*Мел - это известняк, а уголь - это уголь. Оба материала использовались и используются художниками для набросков, эскизов, предварительного наброска на холсте под масло.*

*Рисуют такими материалами также, как и сухой пастелью на шероховатой бумаге, на крафт-бумаге и других.*

*Демонстрация работ, выполненных в технике «трёх карандашей».*

*Практическое занятие: знакомство с особенностями работы мягкими материалами на тонированной бумаге.*

*Педагог: особенность рисования на тонированной бумаге в технике «трёх карандашей» заключается в том, что после выполнения наброска, художник притемняет самые тёмные участки рисунка углём, а самые светлые прорабатывает мелом, отдельные детали при необходимости выполняют сангиной. Всё зависит от идеи художника. Сам тон бумаги имеет большое значение, так как по отношению к самым тёмным и самым светлым участкам он является средним тоном и оставляется таким, какой есть. При этом цвет бумаги также имеет значение, художник подбирает его в соответствии со своим замыслом.*

*Педагог показывает принцип работы в технике «Трёх карандашей», на практике, отвечает на вопросы детей.*

*Педагог: дети, вы познакомились с особенностями работы углём, сангиной и мелом на тонированной бумаге. Опыт работы мягкими материалами у вас есть – это был рисунок сухой пастелью. А сейчас я предлагаю вам нарисовать для начала простой рисунок грибочков-подосиновиков в этой технике. Можно начинать. Я уверена, что у вас получатся чудесные грибочки.*

*Дети рисуют.*

Педагог: *какие замечательные рисунки у вас получились! Разные получились грибы и оригинальные. Как вы их оцените?*

Самооценка по критериям.

*Сегодня наше занятие закончено. До свидания.*

### *Занятие № 5 - «Три типа самооценки» (2 часа)*

Задачи:

- Развивать в детях умение объективно оценивать ситуацию, брать на себя ответственность за свои решения и действия.
- Познакомить детей с техникой «Тушь-Перо» как разновидностью графического искусства.
- Учить детей приёмам работы тушью и пером, показать различные виды штриховок.

*Ориентировочный алгоритм проведения занятия:*

Педагог: *здравствуйте, дорогие девочки и мальчики. Очень рада вас видеть на нашем очередном занятии.*

*Сегодня наша беседа носит название «Мой выбор» потому, что мы будем говорить о трёх разных типах самооценки. То есть человек может осознанно выбирать как относиться к себе.*

*В первом варианте человек выбирает думать о себе плохо. Например: «Я плохой, я слабый, я не умею». Как вы думаете, у такого человека многое получится в жизни? почему?*

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: *вы совершенно правы. Своими словами он заранее предопределяет плохой сценарий и, как бы, снимает с себя ответственность за то, что с ним происходит. Что бы вы сказали такому человеку? Что пожелали бы?*

*Во втором варианте человек в целом думает позитивно, старается быть сильным, но иногда сильно «проваливается» в слабость и*

неуверенность. Он считает, что у него заниженная самооценка потому, что у него периодически что-то «не получается». Но, если хорошо проанализировать, то оказывается всё наоборот – у таких людей самооценка скорей завышена. Причина в том, что такие люди считают, что если они что-либо делают, то должны это делать супер-хорошо! Если что-либо говорят, то должны говорить ну о-о-очень умные вещи. И если у них получилось не совсем так, как они себе представляли, то они чувствуют себя плохо и думают, что у них заниженная самооценка.

Ребята, что вы об этом думаете? Знаете ли вы таких людей? Что бы вы сказали, пожелали такому человеку?

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: третий вариант называется «Качели». Такое название объясняется тем, что человек из одной крайности бросается в другую. Например: «Какой я классный! Я столько всего могу! Я такие крутые вещи делаю!» и, через некоторое время «Я полное ничтожество! Я дурак, балбес!» И т. д... Такое может происходить несколько раз в день и, самое главное, человек говорит это совершенно искренне. То есть, когда он хвалит себя, то он может схватиться за такое дело, которое ему реально не под силу (переоценка своих способностей). А когда он ругает себя и сокрушается, то может всерьёз бросить начатое хорошее дело.

Такие люди очень эмоциональны и чувствительны к критике и похвале. Услышав похвалу, такой человек легко вдохновляется, но ещё более он обращает внимание на малейшую критику, которая может обесценить и разрушить все добрые начинания.

Давайте подумаем, что можно сделать в такой непростой ситуации?

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: самое главное надо понимать, что когда человек находится в сильном эмоциональном состоянии, то ему не стоит принимать серьёзные решения. Важные решения необходимо принимать в спокойном состоянии,

*когда человек способен рационально мыслить, анализировать, учитывать все «за» и «против», чтобы избежать опрометчивых решений.*

*А сейчас я предлагаю вам выполнить одно упражнение, которое называется «Что я знаю о себе».*

Педагог объясняет упражнение. Упражнение «Что я знаю о себе».

Обсуждение.

Перерыв 20 минут.

Творческая часть.

Знакомство с техникой рисования тушью и пером - «Тушь-перо».

Рассказ, показ презентации.

*Педагог: сегодня я расскажу вам о технике рисования тушью и пером. До 19 века использовались перья птиц (гусиные, павлиньи, лебединые и др.), тростниковые перья, палочки. А в 19 стали использовать металлические перья. Подобные перья мы с вами и будем использовать в рисовании. Металлические перья бывают разной ширины, и формы. Меняя нажим, можно получить линии разной толщины. Очень важно запомнить, что исправления в работе пером практически невозможны.*

*Очень эффектно смотрится рисунок тушью и пером, выполненный на тонированной бумаге. Также очень интересно сочетание техники «Тушь-перо» с акварелью и цветными карандашами.*

Демонстрация работ, выполненных в технике «Тушь-перо».

Практическое занятие: знакомство с приёмами работы тушью и пером.

*Педагог: а сейчас я расскажу и покажу вам как правильно пользоваться пером, чтобы оно хорошо рисовало, а затем вы попробуете выполнить небольшие упражнения, которые помогут вам освоить приёмы работы тушью и пером.*

Педагог показывает приёмы и способы работы в технике «Тушь-перо» (точки, линии, волнистые линии, штриховка и др.), объясняет, как можно рисовать кору дерева, волосы, шерсть, как нарисовать тень и т.д. проверяет, корректирует работу детей в случае необходимости, отвечает на вопросы.

Педагог: *дети, вы познакомились с приёмами работы тушью и пером, а сейчас можно нарисовать свой первый рисунок в этой технике. Пусть он будет небольшого формата, простой в выполнении. Можно нарисовать дом, дерево, цветы, дождик и многое другое что вы захотите.*

Дети рисуют.

Педагог: *работа закончена и можно посмотреть ваши рисунки. Они очень разные, интересные и оригинальные у всех!*

Самооценка «Карта знаний и открытий».

*Вы хорошо потрудились, молодцы! Наше занятие закончено. До свидания.*

*Занятие № 6 – «Потребности, желания, цели» (2 часа)*

Задачи:

- Учить детей умению ставить цели и брать на себя ответственность за их достижение.
- Познакомить детей с техникой гравюра на картоне.
- Создание эскиза гравюры и выполнение печатной основы гравюры.

*Ориентировочный алгоритм проведения занятия:*

Педагог: *здравствуйте, ребята. Очень рада видеть вас на нашей встрече.*

*Сегодня у нас очень интересная и важная тема. Мы поговорим о том, что такое потребности, желания, цели. Эти понятия связаны между собой.*

*Предлагаю начать с первого – «потребности». Как вы его понимаете? Что такое наши потребности?*

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: *у человека есть разные потребности. Есть потребности физиологические, то есть потребности тела – это пища, вода, отдых. Они нужны, чтобы наше тело было способным к жизни, здоровым.*

*Ещё важна для нас потребность в безопасности, чтобы нам ничего не угрожало и не беспокоило.*

*Также необходима для нас потребность в общении, в дружбе и любви, в признании другими ценности нашей личности.*

*И ещё есть потребности духовные – это потребность в развитии, в самопознании, самовоспитании и т.д.*

*Все эти потребности очень важны и для нас важно их удовлетворять. Что нам для этого нужно?*

Ответы детей.

Педагог: *вот мы и подошли к понятию «желания», мы хотим удовлетворить наши потребности, у нас есть конкретные желания. Что нам нужно для того, чтобы их выполнить? Что необходимо сделать в первую очередь? Что такое «цель»? Откуда она берётся?*

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: *когда мы чего-либо сильно желаем или о чём-либо мечтаем, то, желая это получить мы ставим цель. Цель – это конечный результат, к которому мы стремимся, это продукт нашего желания или мечты. Но чтобы достичь цели мало только желать и мечтать. Что ещё необходимо, чтобы достичь цели и получить то, о чём мечтали?*

Ответы детей.

Педагог: *вы совершенно правы! Конечно, необходимо наше участие, наше действие, труд. То есть можно вывести формулу:*

*А сейчас я предлагаю вам выполнить упражнение. Вам нужно нарисовать себя в прошлом, настоящем и в будущем. Постарайтесь вспомнить себя маленькими и нарисовать, затем нарисуйте себя такими, какие вы сейчас. И в последнюю очередь, после того как подумаете о том, кем и какими вы хотите стать, нарисуйте себя такими, какими вы видите себя в будущем. На рисунке можно делать поясняющие надписи. Можно начинать.*

Дети выполняют упражнение «Я в прошлом, настоящем и будущем».

Педагог: *вы все справились с заданием, рисунки получились очень содержательные и интересные.*

Перерыв 20 минут.

Творческая часть.

Знакомство с техникой «Гравюра на картоне».

Рассказ, показ презентации.

*Педагог: сегодня я расскажу вам об одном из видов графического искусства, который называется «Гравюра». Для гравюры характерно выполнение основы, с которой можно сделать множество оттисков. Бывают разные виды гравюр.*

*Ксилография – это гравюра на дереве;*

*Литография – гравюра на камне;*

*Линолеум – линогравюра;*

*Металл – офорт;*

*Картон – картонография.*

*Мы с вами будем делать доступную для нас по технологии гравюру на картоне. Первое, что необходимо сделать – это определиться, что именно, какое изображение вы будете делать в этой технике. После этого делается эскиз, на котором определяется тональная раскладка. Затем рисунок переносится на картонную основу и на тонкий картон. Из тонкого картона вырезаются детали и приклеиваются к основе. Необходимо понимать, что тёмными получатся участки с наклеенными деталями, а те участки, которые будут ниже по уровню будут светлее.*

*После того как основа сделана, ей надо просохнуть., а затем накатывать краску и делать оттиск.*

Демонстрация работ в технике «Картонография».

*Педагог: сейчас вы можете сделать эскиз и нанести его на основу, а затем вырезать детали и приклеить к основе – это печатная основа гравюры. Для первого раза делайте простое изображение, с небольшим количеством деталей, чтобы понять принцип работы.*

Дети выполняют эскиз и готовят печатную основу.

Самооценка «Карта знаний и открытий».

*Занятие № 7 – «Формула правильной цели» (2 часа)*

Задачи:

- Учить детей правильно ставить цели, определять задачи, уметь брать на себя ответственность за принятые решения и действия.
- Знакомство с техникой печати гравюры на картоне.
- Печать гравюры.

*Ориентировочный алгоритм проведения занятия:*

Повторение материала предыдущего занятия.

Педагог: *здравствуйте, дети. Как ваше настроение? Наша сегодняшняя тема является продолжением темы прошлого занятия. Давайте вспомним о чём мы говорили в прошлый раз. Какие понятия мы разбирали? Какую формулу мы вывели?*

Ответы детей.

Педагог: *сегодня мы продолжим говорить о том, как правильно ставить цель. Наша тема сегодня так и называется «Формула правильной цели». Вот она, наша формула.*

*Цель = мечта (желание) + осознанное решение действовать.*

*Только так мы можем достичь цели!*

*Умение ставить цель – это проявление заботы и любви к себе. Но иногда поставить цель бывает очень трудно. Давайте разберёмся, что мешает нам ставить цели правильно.*

*Первая трудность – это мысли о том, что не получится, что кто-то мешает, я не понял что-то ...и так далее. Бывает с вами так? Как вы поступаете в такой ситуации?*

Ответы детей.

Педагог: *мы неосознанно себя обманываем.*

✓ *Надо решить я это делаю или не делаю.*

*Вторая трудность – это такая цель, которая «не зажигает», то есть она не настоящая, она вас не вдохновляет. Иногда посещают мысли о том, чтобы кому-то что-то доказать, чтобы вас заметили, когда вы добьётесь цели ...и так далее. А такое состояние кому-нибудь знакомо? Вспомните, что вы предприняли и что в итоге получилось?*

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: *это может означать только одно:*

✓ *Ваша цель не настоящая!*

*Возникает вопрос - какая же цель настоящая, истинная? Для истинной цели характерны два условия:*

- 1. Это срочно, важно, необходимо;*
- 2. Это классно, «вкусно», «кайфово», интересно! Я это хочу! Хочу взять и сделать!*

*А такой опыт у кого-нибудь был?*

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: *ребята, мы с вами обсудили какие сложности могут быть, когда мы ставим цель и стараемся её достичь. Вы поделились своим опытом, который может быть полезен для других. Какие выводы мы с вами сделаем?*

*Чтобы научиться ставить цели правильно лучше всего начать с маленьких целей. Поставил цель – сделал! Так можно постепенно учиться и нарабатывать опыт. Цели побольше разбиваем на маленькие цели (задачи).*

*А сейчас можно попробовать применить свои знания на практике и выполнить упражнение, которое называется «Перспектива».*

Педагог объясняет упражнение. Дети выполняют упражнение «Перспектива».

Педагог: *все выполнили упражнение, в котором продумали и прописали свои планы на ближайшее время. Кто-нибудь хочет поделиться?*

Дети рассказывают о своих планах.

Педагог: *я желаю вам всем сил, настойчивости и всего того, что необходимо для реализации ваших планов. Желаю вам удачи!*

Перерыв 20 минут.

Творческая часть.

Создание оттиска гравюры на картоне.

Педагог: *Творческая часть нашего занятия также является продолжением прошлого занятия. Давайте вспомним, о чём мы говорили и чем занимались.*

Ответы детей.

Педагог: *верно, вы познакомились с разновидностью графического искусства – гравюрой, а также сделали эскиз и выполнили основу гравюры. Сегодня я покажу вам как сделать отпечаток с заготовленной вами основы.*

*Для этого нам нужна стеклянная поверхность, бумага, влажные салфетки, масляные краски чёрного и тёмно-коричневого цвета, валик для наклейки обоев и ложка (или предмет с плоской поверхностью, желательно потяжелее).*

*Итак, мы начинаем.*

Знакомство с техникой печати гравюры на картоне.

Педагог показывает технику нанесения краски на печатную основу, а затем сам процесс печати оттиска. В процессе показа объясняет, отвечает на вопросы детей.

Печать гравюры.

Затем дети по очереди под контролем педагога выполняют свою работу самостоятельно.

Педагог: *дорогие девочки и мальчики, вы - большие молодцы и умницы! Вы сделали такую трудоёмкую и необычную работу. Все очень хорошо потрудились и, посмотрите, какие работы получились у вас!*

Мини-выставка работ, самооценка по критериям.

Педагог: *я считаю, что ваши работы заслуживают очень высокой оценки. А сейчас нам пора прощаться. До свидания.*

*Занятие № 8 – «Твёрдый и мягкий» (2 часа)*

Задачи:

- Учить детей анализировать и оценивать свои качества, развивать уверенность в себе.
- Познакомить детей с видом монохромной живописи «Гризайль».
- Выполнить натюрморт в технике «Гризайль», материал -гуашь.

*Ориентировочный алгоритм проведения занятия:*

*Педагог: здравствуйте, дети. Сегодня начинаю наше очередное занятие, я прошу вас взглянуть на доску. Что здесь написано?*

*Ответы детей.*

*Педагог: верно, здесь написаны качества характера. Я предлагаю вам на листочках написать эти же качества, но не просто так, а распределить их между собой и другими. Можно так и разделить в два столбика: первый столбик – Себе выписать те качества, которых, с вашей точки зрения, не хватает вам, а во второй столбик Другим, выписать те качества, которых не хватает другим людям. Можно выполнять, а потом мы побеседуем.*

*Дети выполняют задание.*

*После выполнения задания.*

*Педагог: каждое качество характеризует сильную или мягкую сторону нашей личности. Например, такие качества как: целеустремлённость, сила воли, упорство отражают сильные стороны человека. Мы их обозначим словом «Твёрдость». А такие как: доброта, нежность, отзывчивость напротив, характеризуют мягкие стороны нашей личности. Они будут обозначены словом «Мягкость».*

*Педагог: все выполнили задание и теперь я предлагаю каждому из вас зачитать то, что получилось. Кто первый?*

*Дети зачитывают распределённые Себе и Другим качества характера.*

Педагог: *а теперь посмотрите, какого характера качества вы выбрали «Себе»? А какие предложили «Другим»? Сравните, каких качеств у вас больше?*

Ответы детей.

Анализируя, дети пришли к выводу, что себе выбрали больше твёрдых качеств, а другим оставили больше мягких.

Педагог: *очень интересный результат мы получили. Давайте подумаем почему большинство из вас считает, что им не хватает сильных качеств, а другим доброты и мягкости?*

*Есть такое выражение – «сильная личность». Какого человека мы можем считать сильной личностью? (Уверенного, спокойного, честного, смелого).*

*Что значит быть уверенным в себе человеком? (В любой ситуации сохранять спокойствие, уважать других, уметь отстаивать свою точку зрения уважая мнение других).*

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: *А как будет выглядеть неуверенный в себе человек? (Беспокойство, суета, нерешительность). Как он будет себя вести? (нарушение прав других людей, оскорбления, агрессия). Можно ли агрессивное поведение (получение уверенности за счёт унижения других) назвать уверенным?*

*Признаки уверенного в себе человека:*

- ✓ *Разумно оценивать ситуацию, вести себя с достоинством. (голос, жесты, выражение лица);*
- ✓ *Адекватно (реалистично) оценивать свои достоинства и недостатки, спокойно воспринимать критические замечания в свой адрес;*
- ✓ *Быть организованным и настойчивым;*
- ✓ *Спокойно и открыто выражать свою точку зрения без агрессии и самозащиты.*

Самооценка «Карта знаний и открытий».

Перерыв 20 минут.

Творческая часть.

Знакомство с видом монохромной живописи «Гризайль». Рассказ, показ презентации.

Педагог: *сегодня творческая часть нашего занятия будет посвящена знакомству с видом монохромной живописи «Гризайль». Слово «гризайль» (фр. Grisaille от gris — серый) в переводе с французского буквально означает – «серый». Раньше в этой технике использовались все градации серого тона от белого до чёрного. В наше время используется не только серый, но и любой другой цвет и все его тоновые градации от самого светлого до самого тёмного.*

*Почему важна для начинающих художников эта техника? Дело в том, что цвет мы видим и воспринимаем легче, а вот отличить насколько один предмет темнее или светлее другого – это непросто.*

*Материал можно использовать различный. Это может быть гуашь, акварель, уже знакомые вам сепия, сангина, уголь.*

*Сегодня я предлагаю вам нарисовать натюрморт в этой технике и сделать это гуашью, так как работая этим материалом можно легко исправить недочёты. Если есть какие-то вопросы, то можно поговорить и обсудить.*

Вопросы детей.

Педагог отвечает на вопросы. Обсуждение.

Педагог: *итак, переходим к практической части.*

*На натурном столике расположен натюрморт из двух предметов и драпировки. С чего вы начнёте?*

Ответы детей.

Педагог: *верно, начинаем с построения, рисуем карандашом набросок, а затем, начиная с самых тёмных участков, прописываем натюрморт гуашью. Не забываем о том, что важно периодически отвлекаться от работы и смотреть на неё со стороны.*

Выполнение натюрморта в технике «Гризайль».

Дети рисуют. Педагог контролирует процесс, помогает советом, объяснением или показом в случае необходимости. Отвечает на вопросы.

Педагог: *работа закончена, вы молодцы, все справились. Было трудно? Что именно?*

Ответы детей. Дети делятся впечатлением.

Педагог: *я считаю, что вы очень хорошо потрудились, а теперь вам предстоит оценить результат вашей работы.*

Мини-выставка, самооценка по критериям.

Педагог: на этом наше занятие закончено. До свидания.

### *Занятие № 9 – «Я хороший, Ты хороший» (2 часа)*

Задачи:

- Воспитывать доброжелательность, взаимное уважение, умение строить конструктивный диалог, развивать навыки асертивности.
- Выполнение общей творческой работы в технике рисования тушью и пером в сочетании с акварелью и цветными карандашами.

Педагог: *здравствуйте, девочки и мальчики. Сегодня у нас очень важная тема. Но прежде давайте вспомним о чём мы беседовали на прошлом занятии.*

Ответы детей.

Педагог: *вы хорошо усвоили тему прошлого занятия, на котором мы говорили о том, как ведёт себя уверенный в себе человек. Сегодня в продолжение прошлого занятия мы побеседуем о том, как вести себя уверенно и уметь выстраивать отношения без конфликтов.*

*У каждого человека есть очень важные потребности, касающиеся общения с другими людьми. Это потребность в понимании, уважении и принятии. Только удовлетворив все эти потребности человек сможет выстроить добрые отношения с другими. Кроме тех признаков уверенного*

*поведения, которые мы перечислили на прошлом занятии, есть ещё очень важное качество – это умение правильно выстраивать диалог.*

*Для уверенных, уважающих себя людей всегда актуально правило:*

*«Я хороший, Ты хороший»*

*Педагог: как вы понимаете это правило? На чём оно основано?*

*Ответы детей. Обсуждение.*

*Чтобы научиться правильно общаться, защищать свои интересы, не нарушая интересов других, можно использовать специальное упражнение – «Я-высказывание». Что это такое?*

*Техника «Я-высказывание» подразумевает доброжелательное отношение к другому человеку, основанное на взаимопонимании и уважении. С помощью метода «Я-высказывание» можно выразить свои чувства, ожидания, потребности по отношению к другому человеку, не прибегая к критике и обвинениям. Самое главное – правильно сформулировать выразить свои чувства, мысли, обратить внимание на то, как вы воспринимаете ситуацию и что вы хотите, что ожидаете, но не оценивать поведение другого человека и не обвинять его.*

*Применяя технику «Я-высказывание» необходимо:*

- ✓ Объяснить ситуацию или поведение другого человека, которое вызывает определённые чувства;*
- ✓ Выразить свои чувства, которые возникают из-за этой ситуации или поведения другого;*
- ✓ Объяснить свои потребности, связанные с этой ситуацией или поведением;*
- ✓ Предложить конкретные решения и действия, которые помогут решить проблему и удовлетворить потребности.*

*Для того, чтобы вам было понятнее, я приведу несколько примеров ситуаций и отношений, где проблема решается с помощью метода «Я-высказывание».*

*Педагог зачитывает примеры. Идёт обсуждение.*

Педагог: *ребята, вам понятен этот метод? А сейчас я предлагаю вам самим написать ситуацию из вашей жизни, проработать её с помощью метода «Я-высказывание» и обыграть. Вы будете играть себя, а кто-то из ребят поможет вам и сыграет роль собеседника.*

Дети пишут ситуацию, выстраивают диалог по принципу «Я-высказывания». После того, как все подготовились, дети по очереди обратились к своему «собеседнику» в форме «Я-высказывания». Каждый проиграл свою ситуацию. Затем было обсуждение, обмен впечатлениями, выводы.

Педагог: *дети, вам понравился такой вариант решения возникающих вопросов? Чем он отличается? Как вы себя чувствовали, когда вели диалог?*

Ответы детей. Обсуждение.

Перерыв 20 минут.

Творческая часть. Совместное творчество.

Педагог: *ребята, сегодня мы с вами займёмся необычным рисованием. Есть такой способ рисования - рисование по кругу. Это очень увлекательно. Вы вместе обсуждаете тему, сюжет, делаете набросок и, затем, рисуете акварелью и цветными карандашами, а в конце можно выделить, подчеркнуть детали тушью и пером. Но делаете это не сразу вместе, а по одному или по двое, по кругу. Можно приступать.*

Выполнение групповой работы (техника рисования тушью и пером в сочетании с акварелью/цветными карандашами).

Оценка результативности совместного творчества по критериям.

*Занятие №10 – «Я - реальный» (2 часа)*

Задачи:

- Учить детей адекватно (реалистично) себя оценивать.
- Развивать в детях умение ценить свои хорошие качества и добрые поступки.
- Выполнение итоговой работы.

*Ориентировочный алгоритм проведения занятия:*

Педагог: *здравствуйте, дети. Сегодня у нас последняя, итоговая беседа, в процессе которой мы с вами поговорим о том, как уметь реалистично оценивать себя, свои качества, поступки.*

*Давайте сначала вспомним, что значит адекватная самооценка? что важно для формирования адекватной самооценки?*

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: *адекватная – значит реалистичная или, можно сказать, честная и правдивая. Если мы признаём свои ошибки, то должны признавать и принимать и хорошие качества, и поступки и наоборот. Очень важно принимать с благодарностью комплименты, добрые слова в свой адрес.*

*Какими качествами обладает человек с адекватной самооценкой?*

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: *итак, адекватная самооценка включает в себя:*

- ✓ *Знания, образование (без образования сложно себя реализовать);*
- ✓ *Любовь к себе (принятие себя таким, какой есть);*
- ✓ *Правдивость, обратная связь (умение воспринимать критику);*
- ✓ *Ответственность (вместо чувства вины);*
- ✓ *Оптимизм (способность видеть и извлекать хорошее в любой ситуации);*
- ✓ *Самодостаточность (иметь основанием своё мнение, которое важнее мнения других).*

Ответы детей. Обсуждение.

Педагог: *итак, ребята, у нас состоялись несколько встреч, где мы говорили о самооценке, о том, как научиться оценивать адекватно себя, свои качества, способности, поступки и т.д.*

*Что вам особенно запомнилось, откликнулось в душе на этих занятиях? Как вы считаете, знания, которые вы получили на этих занятиях пригодятся вам в жизни? Может быть вы уже почувствовали какие-то перемены в отношении к себе и другим?*

Ответы детей. Дети делятся своими впечатлениями, высказывают свою точку зрения.

Педагог: *дорогие девочки и мальчики, я очень вам благодарна, что вы откликнулись и регулярно приходили на эти занятия. Вы большие молодцы и умницы, потому что работаете над собой, занимаетесь саморазвитием. Это очень важно. Я желаю вам успехов!*

Перерыв 20 минут.

Творческая часть. Итоговая работа (материал по выбору).

Педагог: *ребята, сегодня у нас по плану выполнение итоговой работы. Вы на этих занятиях познакомились с новыми художественными материалами и освоили новые техники. Вы можете сами выбрать тему своей работы и материал (из тех, которым вы научились на этих занятиях).*

*Давайте вспомним с какими материалами и техниками вы познакомились.*

Ответы детей.

- ✓ Сухая пастель;
- ✓ Сангина, уголь, мел на тонированной бумаге;
- ✓ Тушь-перо в сочетании с акварелью и/или цветными карандашами;
- ✓ Гравюра на картоне;
- ✓ Монохромная живопись «Гризайль»

Педагог: *верно, из этого списка вы можете выбрать ту технику, которая вам больше всего понравилась и выполнить итоговую работу на любую тему. Но важным является момент подбора материала в соответствии с вашим замыслом. Можно начинать работу. Желаю успеха!*

Выполнение итоговой работы.

Педагог: *дети, вы все очень славно потрудились, вы проявили свою фантазию, свои знания, смекалку и у всех получились замечательные работы!*

Мини-выставка, самооценка по критериям.

Педагог: *дети, всем спасибо большое за работу, до следующей встречи.*

*До свидания.*

*Занятие №11 – планирование и оформление выставки «Наше творчество».*

*(2 часа)*

*Задачи:*

- Учить детей анализировать результаты своей деятельности,*
- Развивать в детях уверенность в себе, позитивные отношения к себе и другим.*
- Выбор и оформление работ, оформление выставки.*

*Ориентировочный алгоритм проведения занятия:*

*Педагог: здравствуйте, ребята. Сегодня вам предстоит очень важная и ответственная работа – оценка своих творческих работ, и выбор из них одной работы, которая пойдет на выставку. Выбирайте ту работу, которая в соответствии с нашими критериями выполнена наиболее грамотно. Сейчас я предлагаю вам этим заняться.*

*Дети оценивают, сравнивают, выбирают работу.*

*Педагог: дети, вы выбрали свои лучшие работы. Что вы чувствуете, глядя на свои рисунки?*

*Ответы детей.*

*Есть чувство удовлетворённости от проделанной работы? Радости? А удивление? Неужели это я так нарисовал?*

*Надо отметить, что это первые работы, выполненные в новой для вас технике. Посмотрите, они выполнены грамотно, выглядят достойными. Очень интересные, оригинальные, яркие такие, как вы сами.*

*После того как работы выбраны, приступаем к их оформлению.*

*Педагог: дети, вы выбрали одну из своих работ для выставки и теперь её необходимо оформить. Оформленная работа выглядит намного представительнее и интереснее. Я покажу вам как это сделать.*

Педагог объясняет и показывает, как оформлять работу. Дети делают самостоятельно под руководством педагога.

Педагог: *ребята, после того как ваша работа оформлена, её надо подписать. Обязательным является:*

- ✓ *Фамилия и имя автора*
- ✓ *Название работы*
- ✓ *Каким материалом выполнена*
- ✓ *Дата окончания работы*

*Приклеиваем бумажку с подписями в правом нижнем углу, и она готова к выставке.*

Работы оформлены и размещены на стенде.

Педагог: *дети, вы сделали очень большую работу, которая достойна внимания. Поэтому мы с вами приглашаем на завтра гостей, (это могут быть ваши родители, родственники, друзья) на открытие вашей выставки! Завтра будет праздник, общение, просмотр работ и в конце, как полагается, чаепитие! А сейчас отдохните и до завтра! До свидания.*

*Занятие №12 – открытие выставки «**Наше творчество**». (2 часа)*

*Задачи:*

- *Развивать в детях чувство ценности своей личности, уверенность в себе, позитивное отношение к себе и другим.*
- *Просмотр работ, общение.*

*Ориентировочный алгоритм проведения занятия:*

Педагог: *дорогие друзья, мы рады вас приветствовать на открытии нашей выставки. Эта выставка стала завершающим этапом большого труда группы ребят. Ребята познакомились с новыми художественными материалами, осваивали техники и в процессе рисовали свои работы, из*

*которых ими были выбраны самые лучшие, чтобы представить вашему вниманию.*

*А сейчас я предлагаю каждому из ребят представить себя, рассказать немного о себе, о своих интересах, увлечениях. Затем представить свою работу, рассказать о ней, рассказать почему из всех других он выбрал именно эту. Можно поделиться впечатлениями о занятиях, что было интересно, что трудно и т.д.*

*Вы, дорогие гости, можете задавать вопросы участникам выставки.*

*Дети по очереди представляют свои работы, рассказывают, делятся впечатлениями, отвечают на вопросы гостей.*

*Педагог: а сейчас мы предлагаем вам продолжить наше общение за чаем.*

*Ребята и гости проходят на чаепитие, общаются.*

*Педагог: дорогие наши гости, наше мероприятие заканчивается, мы благодарим вас за ваше участие в нашем мероприятии, за проявленный интерес к творчеству наших ребят, за добрые слова. До новых встреч!*

Таблица 2. - Расчёт результатов актуального уровня самооценки подростков с ОВЗ до и после реализации эксперимента по критерию Стьюдента

№	Имя Ф.	До эксперимента	После эксперимента	D = После – До (с учётом знака)	d <sup>2</sup>
1	Маша К.	70	79	9	81
2	Арсений Т.	89	90	1	1
3	Артём Б.	83	88	5	25
4	Даша П.	74	82	8	64
5	Алина Ж.	74	84	10	100
6	Тимофей Ц.	70	72	2	4
7	Аделина Ц.	80	87	7	49
8	Вероника М.	86	84	-2	4
9	Костя Г.	90	91	1	1
10	Ева Ж.	91	83	-8	64
11	Максим Г.	77	95	18	324
12	Карина Л	85	78	-7	49
13	Яна М.	64	77	13	169
14	Владислав Т.	60	63	3	9
15	Юлия Р.	52	70	18	324
$\Sigma$				78	1268

Таблица 3. - Результаты актуального уровня самооценки подростков с ОВЗ до и после реализации эксперимента

№	Имя Ф.	До эксперимента				После эксперимента			
		Адекватность	Устойчивость	Уровень притязаний	Общий уровень сформированности	Адекватность	Устойчивость	Уровень притязаний	Общий уровень сформированности
1	Маша К.	Средний	Низкий	Средний	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Высокий
2	Арсений Т.	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
3	Артём Б.	Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Низкий	Средний	Средний
4	Даша П.	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Низкий	Средний	Высокий	Средний
5	Алина Ж.	Низкий	Средний	Высокий	Средний	Средний	Высокий	Высокий	Высокий
6	Тимофей Ц.	Средний	Низкий	Средний	Средний	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
7	Аделина Ц.	Средний	Средний	Высокий	Средний	Средний	Высокий	Высокий	Высокий
8	Вероника М.	Низкий	Низкий	Высокий	Низкий	Низкий	Средний	Высокий	Средний
9	Костя Г.	Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий	Высокий	Высокий
10	Ева Ж.	Средний	Высокий	Высокий	Высокий	Средний	Средний	Высокий	Высокий

11	Максим Г.	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Средний	Высокий	Высокий	Высокий
12	Вера Л.	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Средний	Средний
13	Яна М.	Низкий	Средний	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Высокий
14	Владислав Т.	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий	Высокий	Низкий	Средний
15	Таисия Ф.	Средний	Низкий	Средний	Средний	Средний	Средний	Средний	Средний

Таблица 4. - Результаты актуального уровня самооценки подростков с ОВЗ до и после реализации эксперимента

№	Имя Ф.	До эксперимента				После эксперимента			
		Адекватность	Устойчивость	Уровень притязаний	Общий уровень сформированности	Адекватность	Устойчивость	Уровень притязаний	Общий уровень сформированности
1	Маша К.	2	2	66	70	2	2	75	79
2	Арсений Т.	1	1	87	89	1	1	88	90
3	Артём Б.	2	1	80	83	4	6	78	88
4	Даша П.	5	5	64	74	3	3	76	82
5	Алина Ж.	3	4	67	74	2	3	79	84
6	Тимофей Ц.	3	5	62	70	6	7	59	72
7	Аделина Ц.	3	4	73	80	3	2	82	87
8	Вероника М.	5	5	76	86	3	4	77	84
9	Костя Г.	2	3	85	90	3	2	86	91
10	Ева Ж.	1	2	88	91	1	3	79	83
11	Максим Г.	5	5	67	77	4	2	89	95
12	Вера Л.	3	5	77	85	4	5	69	78

13	Яна М.	3	4	57	64	2	2	73	77
14	Владислав Т.	4	6	50	60	7	2	54	63
15	Таисия Ф.	2	4	46	52	4	4	62	70