

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П.Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии
Специальность 050706. 65 Педагогика и психология

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ
и. о. зав.кафедрой _____ ПСИХОЛОГИИ

(подпись) Н.А.Старосветская
« _____ » _____ 2015 г.

Выпускная квалификационная работа
**ФОРМИРОВАНИЕ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ
СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ**

Выполнил студент группы _____
_____ 615
(номер группы)
Полина Александровна Дорошева

(подпись, дата)
Форма обучения _____
заочная

Научный руководитель:
ст.преп.кафедры психологии
Т.Н. Метелкина

(подпись, дата)

Рецензент:
к.пс.н., доцент кафедры психологии

(подпись, дата)

Дата защиты _____

Оценка _____

Красноярск
2015

ОГЛАВЛЕНИЕ

Содержание.....	стр. 2
Введение.....	стр. 3
Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ	
1.1 Самооценка как психологическая характеристика человека.....	стр. 9
1.2 Особенности самооценки в подростковом возрасте.....	стр. 15
1.3 Возможности арт-терапии, как средства формирования самооценки школьников.....	стр. 20
Выводы по главе I.....	стр. 28
Глава II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ	
2.1. Методическое обеспечение и организация исследования самооценки подростков.....	стр. 29
2.2. Анализ и интерпретация результатов констатирующего эксперимента.....	стр. 30
2.3. Формирования самооценки подростков средствами арт-терапии	стр. 40
2.4. Итоговое исследование формирование самооценки подростков..	стр. 45
Выводы по главе II.....	стр. 60
Заключение.....	стр. 64
Библиографический список.....	стр. 66
Приложения	стр. 70

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность.

В подростковый период формирование самооценки особенно актуально, поскольку на этом этапе жизни человека происходят значительные по своим проявлениям и последствиям личностные изменения, связанные с переструктурированием самосознания. В период подросткового возраста актуализируется процесс развития «Я» личности, который обусловлен усилением значимости для нее процессов самопознания, самосовершенствования, поиска смысла жизни. Также на формирование самооценки подростка, который еще недостаточно ясно осознает свой «образ Я», очень сильно влияет социальное окружение и, прежде всего, среда сверстников [25, с. 5].

Занятия с применением средств арт-терапии могут способствовать формированию самооценки подростков, позволят организовать, упорядочить процесс самопознания, который у подростков достаточно часто проходит спонтанно. В процессе коррекционной работы психолога с подростками, последние способны изменять самих себя, свою самооценку и становиться более успешными при изучении школьной программы и становлении личности в обществе.

Исследование проблемы формирования самооценки подростков средствами арт-терапии теоретически значима потому что позволит создать обобщенный анализ психолого-педагогической литературы относительно выбранной проблемы.

Практическая значимость изучения формирования самооценки подростков средствами арт-терапии актуальна, поскольку позволит выявить эффективные условия формирования самооценки подростков, позволит улучшить психологические характеристики отдельных граждан, которые смогут быть более успешными в жизни. Практическая значимость исследования заключается также в том, что результаты исследования могут применяться в практике работы учителей и педагогов-психологов общеобразовательных школ,

работающих с учащимися подросткового возраста при формировании самооценки. Педагоги и психологи образовательных учреждений могут создать такие же педагогические условия, как в нашем исследовании и обеспечить в своей работе результативность формирования самооценки средствами арт-терапии.

Новизна исследования заключается в том, что самооценка в исследовании будет формироваться с помощью методов арт-терапии и психолого – педагогической литературы по данной теме недостаточно

Исследование особенностей формирования самооценки подростков средствами арт-терапии проводилось по данным научной литературы и с применением научных методов и методик.

Степень изученности вопроса.

Роль самооценки в процессе развития подростков в целях сохранения целостности личности была исследована в трудах таких исследователей, как Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, И.С. Кон, В.В. Столин, И.И. Чесноковой, Е.В. Шороховой и др. Особенности структурных компонентов самооценки личности были исследованы У. Джеймсом, А.В. Захаровым, В.А. Ядовым и др. В трудах Т.В. Архиреевой, Р. Бернса, Е.И. Исаева, Д.И. Фельдштейна и др. были рассмотрены многофункциональные аспекты самооценки (регуляторная, интерпретационная, защитная, проективная и другие функции). Связь самооценки с системой ценностей и мотивационной сферой субъекта показана Л.И. Божович, Н. Брэнденем, С.А. Будасси, В.Н. Мясищевым, С.Л. Рубинштейном, Т.А. Собиевой. Специфические особенности самооценки охарактеризованы на основе результатов исследований С. Куперсмита, Е.А. Серебряковой и др. Многочисленные исследования посвящены прикладным аспектам самооценки (Л.П. Гримак, Б.В. Зейгарник, И.С. Кон, А.И. Липкина, Л.А. Рыбак, Р. Берне и др.).

Самооценка формируется и развивается под влиянием различных социальных факторов, что позволяет говорить о ее индивидуальных и возрастных особенностях (А.В. Петровский, Д.И. Фельдштейн, Ю.И. Фролов).

Наибольший интерес исследователей был сосредоточен на изучении самооценки в подростковом возрасте (С.Р. Аллахвердян, Р. Берне, Л.И. Божович, И.С. Кон, А.И. Липкина, Л.В. Макеева, Ю.Н. Максимова, М.А. Резниченко, Л.С. Сапожникова, Р.И. Цветкова, И.И. Чеснокова).

Общение со сверстниками в подростковом возрасте выступает в качестве предпочитаемого. Наряду с рядом иных позитивных эффектов, отношения со сверстниками выступают в качестве значимого фактора формирования самооценки подростка (Г.М. Андреева, А.Я. Большунов, Н.Я. Большунова, Л.И. Божович, Д.И. Фельдштейн, Я.Л. Коломинский, А.В. Петровский, О.В. Соловьева, Н.И. Шевандрин и др.).[25, с. 5].

Проанализировав психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования, мы столкнулись с рядом противоречий:

- между необходимостью наличия перед подростком четкого ориентира для выработки устойчивой и адекватной самооценки и наличием большого числа разнообразных объектов с различной жизненной позиций, в том числе сверстниками;

- между стремлением подростка войти в референтную группу сверстников, которое предполагает принятие подростком норм, правил и особенностей оценок в группе, и его желанием выделиться из этой группы, связанным с определенным отторжением оценочных отношений сверстников;

- между стремлением подростка осознать собственные возможности и свойственными этому возрасту трудностями отделения реального от желаемого.

Необходимость разрешения названных противоречий, выявления и более полного осознания условий, влияющих на формирование адекватной самооценки личности в подростковом возрасте, обусловило выбор темы данного исследования. Его проблема формулируется следующим образом: каковы психологические условия, которые оказывают влияние на формирование адекватной самооценки подростка? [25, с. 5].

Объект исследования: процесс формирования самооценки подростков.

Предмет исследования – особенности формирования самооценки подростков средствами арт-терапии.

Цель исследования: выявить, теоретически обосновать и опытно – экспериментальным путем исследовать возможности формирования самооценки подростков средствами арт-терапии

Мы выдвинули следующую **гипотезу:** формирование самооценки подростков средствами арт-терапии возможно при воздействии на понимание содержательных характеристик идентичности личности, который подразумевает различные характеристики собственного восприятия человеком самого себя; различные стороны самоотношения подростка; уровень самоуважения.

В соответствии с обозначенной целью, предметом и объектом исследования поставлены следующие **задачи:**

- провести теоретический анализ проблемы формирования самооценки подростков средствами арт-терапии;
- экспериментально исследовать особенности самооценки в период подросткового возраста;
- выявить возможности формирования самооценки подростков средствами арт-терапии;
- провести опытно-экспериментальную работу по исследованию формирования самооценки подростков с помощью арт-терапии.

Методологическая основа исследования. В работе мы основывались на закономерностях возрастного психического развития, выявленных в исследованиях Б.Г.Ананьева, Л.С.Выготского, Л.И.Божович, Н.С.Лейтеса, Д.И.Фельдштейна и других авторов. Существенный интерес для цели нашего исследования представляли исследования, в области изучения самосознания и самооценки личности (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, А.В. Захарова, И.С. Кон, Я. Л. Коломинский, А.И. Крупнов, А.Н. Леонтьев, А.И. Липкина, А.М. Лисина, Т. Я. Решетова, В.В. Столин, УДжеймс, Ч. Кули, Дж. Мид, У. Куперсмит, Э. Эриксон и др.); психологических особенностей подросткового возраста (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, И.С. Кон, А.В. Петровский, Д.И. Фельдштейн,

Э. Эриксон и др.) и самооценки подростка (Л.И. Божович, Ю.П. Ветров, И.С. Кон, И.И. Чеснокова и др.) [25, с. 5].

Кроме того для нашего исследования значимыми были работы А.И. Аржанова, И.П. Воропаева, В.Г. Нечаева, Р.В. Овчарова, Н.Э. Фаас, которые исследовали психотерапевтическое воздействие методов арт-терапии на эмоциональное, а также нравственное развитие личности. Исследования Дж. Аллан, М. Бурно, А.И. Копытина, Л.Д. Лебедева, Л. Ловенфельда, Е.Г. Макарова также доказывали, что арт-терапия обладает возможностями мягкой гуманной поддержки личности школьника, развивает его способности к самопознанию и развитию внутреннего «Я».

Для проведения исследования использовался метод эксперимента и методики:

1. методика М. Куна «Кто Я?» (модификация Т.В.Румянцевой) [42, с. 82-103];
2. Диагностика самоотношения В.В.Столина [8];
3. «Шкала самоуважения Розенберга» [31, с. 71-75].

Также нами были использованы методы математической статистики для обработки данных:

1. Сравнение значений по моде;
2. Выявления достоверных различий независимых выборок с использованием U-критерия Манна-Уитни.

Исследование проводилось в МБОУ СОШ №1 п.Тура, в опытно – экспериментальной работе приняли участие 40 подростков в возрасте 13-15 лет. Теоретический анализ психолого-педагогической литературы, констатирующий, формирующий и итоговый эксперимент проводились в течение мая – декабря 2015 года.

Структура выпускной квалификационной работы: выпускная работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка, включающего источника и приложений.

Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ

1.1 Самооценка как психологическая характеристика человека

О вопросах развития самооценки в онтогенезе человека писали многие исследователи, и до сих пор данная проблематика широко изучается учеными современной психологической науки и практики: разработаны определения данного понятия, подходы к ее теоретическому изучению, имеются определенные сведения о видах и уровнях развития самооценки, созданы диагностические методики, направленные на ее исследование [37, с. 460].

О.Н. Молчанова [35], проводя анализ психолого-педагогической литературы по проблеме самооценки писала, что в зарубежной литературе происходит активная разработка проблемы самооценки, и она воспринимается ими как важнейший психологический ресурс человека, его достояние.

Бороздина Л.В. отмечает в своих статьях, что при трактовке понятия «самооценка» «отсутствует четкое, исчерпывающе адекватное определение феномена. Пытаясь найти подходящий термин, отражающий суть явления, английские авторы Л. Уэлс и Дж. Марвелл перебирают множество различных понятий из области психологии «Я» («взгляд на себя», «доверие к себе», «осознание себя», «удовлетворенность собой» и т.д.), занимающих половину страницы книги среднего формата, и объединяют эту массу термином «self-esteem» как наиболее общим, включающим все смысловые оттенки приведенных ими понятий. Но английское «self-esteem» обозначает не оценку себя человеком, а его уважение к себе, чувство собственного достоинства, т.е. самоотношение [10, с. 54].

Согласно психологического словаря А.В. Петровского самооценка является оценкой личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Относясь к ядру личности, самооценка является важным регулятором ее поведения. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам

и неудачам. Самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности [38].

В.Б. Абдрахманова в своих трудах отмечала, что «самооценка представляет собой особую ступень в развитии самосознания, на которой возникает определенное оценочное отношение к себе, своим способностям, продуктам деятельности и др.» [1, с. 138].

И.С.Кон писал, что самооценка - это своеобразная когнитивная схема, которая обобщает прошлый опыт личности и организуют новую информацию относительно данного аспекта «Я» [21].

Согласно трудам А.И.Липкиной, самооценка представляет собой отношение человека к своим способностям, возможностям, личностным качествам, а также к внешнему облику [29].

Самооценка является важнейшим личностным показателем, имеющим многофакторный характер, социально обусловленный и неодинаково выраженный у разных людей. Самооценка — это то, что индивид значит сам для себя, это ценностный, а не когнитивный показатель [23].

Бороздина Л.В. в своем издании отмечала, что «самооценка — это наличие критической позиции индивида по отношению к тому, чем он обладает, отвечая на вопрос: «Не что Я имею, а чего это стоит, что это значит, означает?»» [10, с. 61].

Дюмон Н. Н. в своих исследованиях отмечал, что «самооценка - обобщенный результат познания себя и эмоционального отношения к себе, аффективная часть образа Я, которая тесно связана с проблемой самосознания, с представлением о своем социально-коммуникативном ранге в коммуникативном процессе. Самооценка формируется на основании гармонического объединения уровня достижений в разных видах деятельности и адекватного восприятия оценок окружающих. Самооценка взаимосвязана также с психологическими механизмами защиты, являясь в случаях адекватной защиты компенсацией внутренней неудовлетворенности собой и обеспечивая

самоутверждение и социально-психологическую адаптацию субъекта к неблагоприятным условиям» [18, с. 203].

В словаре Б.Мещерякова, В. Зинченко было отмечено, что «самооценка выполняет регуляторную и защитную функции, влияя на поведение, деятельность и развитие личности, ее взаимоотношения с другими людьми. Отражая степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой, уровень самоуважения, самооценка создает основу для восприятия собственного успеха и неуспеха, постановки целей определенного уровня, то есть уровня притязаний личности. Защитная функция самооценки, обеспечивая относительную стабильность и автономность (независимость) личности, может вести к искажению данных опыта и тем самым оказывать отрицательное влияние на развитие» [34, с. 407].

Самооценка развитого индивида образуют сложную систему, определяющую характер самоотношения индивида и включающую общую самооценку, которая отражает уровень самоуважения, целостное принятие или непринятие себя, и парциальные, частные самооценки, характеризующие отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам, успешности отдельных видов деятельности. Самооценка может быть разного уровня осознанности и обобщенности [34, с. 407].

Самооценка характеризуется по следующим параметрам:

- 1) уровню (величине) — высокая, средняя и низкая самооценка;
- 2) реалистичности — адекватная и неадекватная (завышенная и заниженная) самооценка;
- 3) особенностям строения — конфликтная и бесконфликтная самооценка;
- 4) временной отнесенности — прогностическая, актуальная, ретроспективная самооценка;
- 5) устойчивости и др. [34, с. 407].

Для развития личности эффективным является такой характер самоотношения, когда достаточно высокая общая самооценка сочетается с адекватными, дифференцированными парциальными самооценками разного

уровня. Устойчивая и вместе с тем достаточно гибкая самооценка (которая при необходимости может меняться под влиянием новой информации, приобретения опыта, оценок окружающих, смены критериев и т. п.) является оптимальной как для развития, так и для продуктивности деятельности. Отрицательное влияние оказывает чрезмерно устойчивая, ригидная самооценка, а также и сильно колеблющаяся, неустойчивая. Конфликтность самооценки может иметь как продуктивный, так и дезорганизирующий характер. Неустойчивость и конфликтность самооценки возрастает в критические периоды развития, в частности, в подростковом возрасте.

Самооценка формируется на базе оценок окружающих, оценки результатов собственной деятельности, а также на основе соотношения реального и идеального представлений о себе. Сохранение сформировавшейся, привычной самооценки становится для человека потребностью, с чем связан ряд важных самооценочных феноменов, таких как аффект неадекватности, дискомфорт успеха и др. [34, с. 407].

Выделяется несколько подходов к изучению самооценки:

1) личностный подход, рассматривающий самооценку как важнейший компонент самосознания личности;

2) структурно-целостный подход, предполагающий рассмотрение самооценки как одного из компонентов целостной структуры личности и одновременно как сложное системное по своей природе образование: она целостна и в то же время многоаспектна, имеет многоуровневое строение и иерархическую структуру, включена во множество межсистемных связей с другими психическими образованиями, в разные виды деятельности;

3) деятельностный подход - подход, предполагающий рассмотрение самооценки как фактора, влияющего на качество результатов деятельности личности (в том числе профессиональной);

4) динамический подход используется при рассмотрении самооценки в процессе возрастного изменения индивида во взаимосвязи со становлением личности;

5) психопатологический подход — самооценка рассматривается как показатель психического здоровья человека как личности;

6) функциональный подход предполагает рассмотрение самооценки как одной из основных функций личности [15].

Г.В. Лозова в своих исследованиях отмечала, что самооценка является одним из самых популярных объектов психологических исследований, ее изучение на данный момент оказывается затрудненным в связи с наличием целого ряда проблем методологического характера, как например: нахождение родового (по отношению к рассматриваемому) понятия, в определении видов самооценки (и уровней ее развития), в определении свойств самооценки и ее функций как психологического явления, в установлении механизмов формирования самооценки, а также в обосновании «структуры» самооценки. Г.В. Лозова писала, что изучение самооценки еще далеко до своего завершения [30, с. 172-176].

Серкова А. М. в своих исследованиях писала: «от самооценки человека зависит характер его общения, отношения с другими людьми, успешность его деятельности, дальнейшее развитие его личности. Адекватная самооценка дает человеку нравственное удовлетворение. Самооценка, особенно способностей и возможностей личности, выражает определенный уровень притязаний, определяемый как уровень задач, которые личность ставит перед собой в жизни и к выполнению которых считает себя способной. Уровень притязаний человека и, следовательно, характер его самооценки ярко выявляются в различных ситуациях выбора, как в трудных жизненных ситуациях, так и в повседневной деятельности, в общественной работе. Неудача или успех наиболее остро переживаются в той деятельности, которую сам человек считает для себя основной, где у него есть высокие притязания» [46].

Уровень притязаний — характеризует:

1) уровень трудности, достижение которого является общей целью серии будущих действий (идеальная цель);

2) выбор субъектом цели очередного действия, формирующейся в результате переживания успеха или неуспеха ряда прошлых действий (уровень притязаний в данный момент);

3) желаемый уровень самооценки личности (уровень Я). Стремление к повышению самооценки в условиях, когда человек свободен в выборе степени трудности очередного действия, приводит к конфликту двух тенденций — тенденции повысить притязания, чтобы одержать максимальный успех, и тенденции снизить их, чтобы избежать неудачи. Переживание успеха (или неуспеха), возникающее вследствие достижения (или недостижения) уровня притязаний, влечет за собой смещение уровня притязаний в область более трудных (или более легких) задач. Снижение трудности избираемой цели после успеха или ее повышение после неудачи (атипичное изменение уровня притязаний) говорят о нереалистичном уровне притязаний или неадекватной самооценке [46].

В структуру самооценки входит:

- понимание содержательных характеристик идентичности личности, который подразумевает различные характеристики собственного восприятия человеком самого себя;
- различные стороны самоотношения подростка;
- уровень самоуважения (самоунижение).

Согласно словарю Б.Мещерякова, В. Зинченко самооценка представляет собой «ценность, значимость, которой индивид наделяет себя в целом и отдельные стороны своей личности, деятельности, поведения. Самооценка выступает как относительно устойчивое структурное образование, компонент «Я-концепции», самосознания, и как процесс самооценивания. Основу самооценки составляет система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей. Рассматривается в качестве центрального личностного образования и центрального компонента «Я-концепции» [34, с. 407].

Понятие «Я-концепция» в психолого-педагогической литературе употребляют в различных трактовках, обозначая им разные аспекты

самоотношения (И.С. Кон, В.Л. Петровский, И.В. Барышникова, Р. Бернс, А.А. Дергач, В.В. Столин, У. Джемс, М.И. Лисина). При этом часто понятие «Я-концепция» отождествляется в научной литературе с такими понятиями как: «образ Я», «самооценка», «идентичность», «самость», «самоотношение» [7].

В современной психологии самооценка обычно относится к более широкой конструкции в психологической структуре - «Я-концепцией». «Я-концепция» довольно подробно описывалась английским психологом и педагогом Р. Бернсом, который приводит обобщенное определение «Я-концепции» и описание ее структуры: «Я-концепция — это совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой. Описательную составляющую Я-концепции часто называют образом Я или картиной Я. Составляющую, связанную с отношением к себе или к отдельным своим качествам, называют самооценкой или принятием себя» [7, с. 30—31].

В изложении Р. Бернса «Я-концепция» — это все представления человека о себе, сопровождающиеся их оценкой. Разбираемая конструкция имеет три структурных элемента: когнитивный, оценочный и поведенческий. Первый составляет образ Я, отражающий содержание представлений субъекта о себе. Второй компонент, который Бернс склонен называть самооценкой, чаще и привычно именуется эмоционально-ценностным самоотношением. Третий элемент конструкции - потенциально поведенческий - обычно характеризуется в качестве полноправной подструктуры, презентирующей действия и поступки людей, продуцируемые когнитивной и эмоционально-ценностной составляющими, и, в частности, проявляющийся в речи, высказываниях индивида о себе [10, с. 57].

Петровский А.В., Ярошевский М.Г. определяют «Я-концепцию» следующим образом: 1) устойчивая, в определенной степени осознанная, переживаемая, неповторимая динамическая система представлений индивида о самом себе; 2) целостный, не лишенный внутренних противоречий, образ собственного «Я», выступающий как установка к самому себе, включающий следующие компоненты: когнитивный образ своих качеств, способностей,

социальной значимости и т.д. (самосознание); эмоционально-ценностный - самоуважение, себялюбие; оценочно-волевой - стремление повысить самооценку, заслужить уважение [38].

Согласно «Большого психологического словаря» под редакцией Б. Мещерякова, В. Зинченко под «Я-концепцией» (англ. self-concept) понимается развивающаяся система представлений человека о самом себе, включающая:

а) осознание своих физических, интеллектуальных, характерологических, социальных и прочих свойств;

б) самооценку,

в) субъективное восприятие влияющих на собственную личность внешних факторов [34].

Амурова Н.Г. утверждала «Я-концепция» - это обобщенное представление о самом себе, система установок относительно собственной личности или другими словами можно сказать «Я-концепция» - это «теория самого себя». Важно заметить, что «Я-концепция» является не статичным, а динамическим психологическим образованием» [3, с. 77].

Амурова Н.Г. также отмечала, что ««Я-концепция» - это система позитивных установок личности на себя и представляет собой сложное образование, состоящее из взаимосвязанных структурных компонентов, формированием которых занимается педагогика». Среди основных критериев их сформированности выделяют: адекватную и положительную самооценку, которая способствует развитию чувства самоуважения, самотождественности личности; позитивное целеполагание; позитивное соответствие когнитивного, эмоционального и волевого уровня ценностных ориентации и действий личности; совпадение социальных и индивидуальных ценностных установок; активная рефлексия к самопознанию и изменению в положительную сторону структуры своего «Я»; недопущение в свой внутренний мир негативных составляющих; как результат активно-позитивных устремлений личности - достижение своего идеала» [3, с. 77-78].

Амурова Н.Г. писала, что развитие «Я-концепции» личности, с точки зрения педагогики, предполагает обеспечение личностной готовности к системе изменения образа «Я» на основе самопознания, ценностного самоотношения, интегрирующих совокупность основных направлений и принципов, субъектов и объектов, форм и методов развития «Я-концепции» [3, с. 78].

Таким образом, подытоживая все вышеизложенное, мы можем сделать вывод, что научные споры о трактовке понятия самооценка и ее структурных компонентах до сих пор имеют место в психолого-педагогических исследованиях. Для нас более приемлемым является определение А.В. Петровского, согласно которому самооценка является «оценкой личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей» [38]. Самооценка является структурным компонентом «Я-концепции», которая трактуется в словаре под редакцией Б. Мещерякова, В. Зинченко, как развивающаяся система представлений человека о самом себе, которая включает в себя осознание своих физических, интеллектуальных, характерологических, социальных и прочих свойств; самооценку; субъективное восприятие влияющих на собственную личность внешних факторов. Рассмотрим особенности подросткового возраста и особенности формирования «Я-концепции» в этом возрасте, учитывая данное определение [34].

Перейдем в следующем параграфе к анализу особенностей самооценки в подростковом возрасте.

1.2 Особенности самооценки в подростковом возрасте

Основной задачей современного образования является развитие личности, способствование её самоопределению. Личность развивается в деятельности, самооценка которой является одним из ключевых факторов развития личности [47, с. 68-72]. Бороздина Л.В. отмечает, что именно в подростковом возрасте

развитие самооценки идёт особенно интенсивно и её роль в формировании личности возрастает [11].

Переход к подростковому возрасту характеризуется тем, что в этот период возникают качественные новообразования, под которыми понимаются становление нового уровня самосознания, «Я-концепции», характерной чертой которой является чувство взрослости.

Л.С. **Выготский** в своих исследованиях дал следующее определение новообразованиям возраста, понимая под ним обобщенный результат этих изменений, всего психического развития ребенка в соответствующий период, который становится исходным для формирования психических процессов и личности ребенка следующего возраста [13]. Новообразования характеризуются глубокими изменениями условий, влияющих на личностное развитие подростка, которые закрепляются в виде психологических особенностей. Чаще всего они касаются физиологии организма, отношений, складывающихся у подростков с взрослыми людьми и сверстниками, уровня развития познавательных процессов, интеллекта и способностей [37]. Своеобразие социальной ситуации развития подростка состоит в том, что он включается в новую систему отношений и общения со взрослыми и товарищами, занимая среди них новое место, выполняя новые функции [16, с. 24].

В подростковом возрасте ведущими видами деятельности являются межличностное общение со взрослыми и сверстниками, общественно полезный труд и обучение [25, с. 17].

Подростковый период характеризуется такими психологическими особенностями, как:

1. Возникновение чувства взрослости и реакция эмансипации;
2. Реакция группирования со сверстниками;
3. Возникновение интереса к противоположному полу;

4 Развитие самосознания;

Подросток понимает, что он уже не ребёнок, замечая сильные изменения с своем физическом и половом развитии, чувствуя возможности проявлять социальную активность, общественно важные дела в семье и школе [25].

Серкова А. М. в своих исследованиях писала: «Подростковый возраст - важный и трудный этап в жизни каждого человека, время выборов, которое во многом определяет всю последующую судьбу. Он знаменует собой переход от детства к взрослой жизни. В этом возрасте формируется мировоззрение, происходит переосмысление ценностей, идеалов, жизненных перспектив. Для данного периода характерно становление сознания и самосознания личности, а поведение человека регулируется его самооценкой, которая представляет собой центральное образование личности» [46].

Курбанова З.С. писала, что «интерес к особенностям самооценки, свойственным подростковому возрасту, вызван тем, что в этот период жизни человека происходят одни из самых значительных по своим проявлениям и последствиям личностные изменения, связанные с переструктурированием самосознания. В подростковом возрасте актуализируется процесс развития «Я» личности, обусловленный усилением значимости для нее процессов самопознания, самосовершенствования, поиска смысла жизни. На оформление самооценки подростка, еще не достаточно четко осознающего свой «образ Я», в значительной мере влияет социальная среда, прежде всего - среда сверстников» [26, с. 92].

Процесс формирования самооценки подростка тесно связан с процессом его социализации [40, с. 84]. Л.С. Выготский в своих исследованиях писал, что развитие самосознания во многом зависит от социокультурных условий среды. Л.И. Божович соглашалась с изречениями Л.С. Выготского отмечала, что стремление подростка «быть на равных» с взрослыми и возникновение его «способности познать самого себя» в реальной жизни в определённой степени входит в противоречие с условиями его социального существования [9, с. 23-34].

С одной стороны, данное противоречие имеет место ввиду ограниченности реального спектра деятельностей, в рамках которых подросток мог бы реализовывать возникшие потребности в самопознании и самооценивании, а с другой - постоянное повышение требований, которые выдвигаются обществом к «взрослым видам деятельностей», отодвигает во времени включение в них подростка. Можно сказать, что подростковый возраст - время второго рождения личности, оценка ею самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей [5, с. 67-77]. Относясь к ядру личности, самооценка является важным регулятором ее поведения. От нее зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам [45].

Курбанова З.С. писала, что «подростковый возраст характеризуется своими особенностями реализации межличностных отношений, которые оказывают влияние на состояние его самооценки. В данном возрасте происходят значимые изменения на физиологическом, психическом и социальном уровне организации жизнедеятельности подростка. Существенные изменения разворачиваются в сфере межличностных отношений подростков. Хотя взаимоотношения со взрослыми продолжают быть значимыми для него, в качестве референтного в подростковом возрасте выступает его общение со сверстниками» [26, с. 93].

Являясь референтными в подростковом возрасте, отношения со сверстниками вносят значительный вклад в процесс социализации подростка, в оформление его представлений, мировоззрения, самооценки. В процессе референтного общения строится обратная связь и на этой основе подросток, определяет своё место в системе межличностных отношений. От характера отношений подростков с референтной для него группой сверстников во многом зависит существенный пласт психического благополучия человека. Наряду с рядом иных позитивных эффектов, отношения со сверстниками оказывают влияние на развитие самооценки подростка [26, с. 93].

Подростки стремятся быть в кругу сверстников, быть принятыми ими и занять достойное место в социальной структуре группы сверстников, но не всегда это удается. Это связано как с индивидуальными особенностями подростка, так и с особенностями группы, в которой разворачиваются соответствующие межличностные отношения. Во-первых, подростковому возрасту свойственна повышенная требовательность к личностным особенностям своих товарищей и друзей, предъявляемый им «кодекс товарищества» должен беспрекословно, невзирая на обстоятельства, выполняться. Нарушение кодекса «карается» исключением из группы сверстников. Во-вторых, в силу присущих ему возрастных особенностей подросток не всегда способен соответствовать предъявляемым ему требованиям. Так, подростки весьма ранимы к признанию своих достоинств и достижений и, при несоответствии реальности ожиданиям, способен проявить высокий уровень агрессии по отношению к сверстникам, перейти на конфликтный способ взаимодействия [26, с. 93].

Будучи достаточно неустойчивым личностным образованием, самооценка подвержена различным экзогенным и эндогенным воздействиям. Особенно она уязвима в критические периоды жизни человека, когда происходит трансформация жизненно важных для него структур, когда происходит ломка привычной картины мира, перестраиваются стандарты и ценности. Как раз такие изменения происходят в подростковом возрасте, и именно в подростковом возрасте чаще всего отмечаются проблемы с самооценкой личности [26, с. 93].

Согласно исследованиям Курбановой З.С. были получены следующие выводы:

1) самооценка подростка связана с его статусом в групповом взаимодействии сверстников: подростки, занимающие высокий социальный статус могут обладать как адекватной, так и завышенной самооценкой; подростки, занимающие средний уровень социальной градации по большей мере обладают адекватной самооценкой, однако в данной социальной группе встречаются подростки и с заниженной, и с завышенной самооценкой; подростки,

занимающие низкий социальный статус в среде сверстников, обладают, по большей мере, заниженной самооценкой, однако здесь встречаются и подростки с завышенной самооценкой;

2) самооценка подростка связана с его отношением к сверстникам: отнесение сверстников к группе чужих сочетается с завышенной или заниженной самооценкой; отсутствие симпатии к сверстникам сочетается, обычно с завышенной самооценкой; наличие противоречивой симпатии к близким и к чуждым для себя сверстникам сочетается с завышенной самооценкой: агрессивное, напористое отношение к коллективу сверстников, желание подчинить себе окружающих сочетается с завышенной самооценкой подростка; предпочтение быть ведомым, подчиненным сочетается с заниженной самооценкой; оценка психологического микроклимата как по большей мере неблагоприятного сочетается с завышенной самооценкой.

3) Подростки с завышенной и заниженной самооценкой не умеют выстраивать взаимодействие с окружающими, в целом, и со сверстниками, в частности.

4) Развитие представлений о правильном построении общения, овладение навыками взаимодействия со взрослыми и сверстниками, развитие личностных качеств, способствующих построению адекватного взаимодействия с окружающими, способно позитивно сказаться на самооценке подростка.

Неадекватность самооценки в подростковом возрасте может привести к разрушению системы взаимодействия подростка с окружающими его людьми, в результате чего задержится или не реализуется процесс его идентификации с окружающими людьми. Последствия нерешения задач подросткового возраста отражаются на всех уровнях организации человека в дальнейшей его жизнедеятельности. Поэтому так важно подростку помочь выстроить адекватную самооценку наиболее естественным образом - через коррекцию его взаимоотношений с окружающими и, в первую очередь, - со сверстниками [26, с. 94].

Подросток в силу особенностей возраста не всегда ориентирован на познание себя, оценку своих возможностей и способностей. Испытывая объективные и субъективные трудности, подросток остро нуждается в целенаправленной педагогической поддержке, стимулировании личностного развития и профессионального самоопределения [47, с. 69]. Целенаправленная педагогическая поддержка должна быть комплексной, включающей консультацию для родителей и педагогов, а также систематическую работу с самими школьниками. Поскольку школьники постоянно находятся в ситуации обучения, для них метод бесед, лекций и традиционных уроков являются мало эффективными. Средствами арт-терапии можно успешно формировать самооценку подростков, используя различные формы ее проявлений и видов.

Таким образом, подводя итог параграфу, мы можем сделать вывод, что в период подросткового возраста в психологическом плане человек претерпевает серьезные личностные изменения, которые связаны с переструктурированием самосознания. В это время актуализируется процесс развития «Я» личности, обусловленный усилением значимости для нее процессов самопознания, самосовершенствования, поиска смысла жизни. На оформление самооценки подростка, еще не достаточно четко осознающего свой «образ Я», в значительной мере влияет социальная среда, прежде всего - среда сверстников. Рассмотрим в следующем параграфе возможности арт-терапии, как средства развития самооценки школьников.

1.3 Возможности арт-терапии, как средства формирования самооценки школьников

Согласно энциклопедии Карвасарского Б. Д. арт-терапия представляет собой направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на искусстве и творчестве. В узком смысле слова, под арт-терапией обычно подразумевается терапия изобразительным творчеством, имеющая целью воздействие на психоэмоциональное состояние пациента [20].

Арт-терапия в наши дни становится все более популярной и широко используется в педагогике, психологии, психотерапии, особенно при психологической коррекции [6, с. 251].

В последние два-три десятилетия арт-терапия, синтезировав в себе большое количество направлений искусства, психолого-педагогические методики, последние разработки медицины, начинает оформляться в самостоятельное направление с собственной методологией и разнообразием инструментария, приобретая все больший вес и большую значимость [33, с. 6]. Она является частной формой развития личности творчеством и связана, главным образом, с живописью, графикой, скульптурой, фотографией, музыкой, театром, а так же различными комбинациями с другими формами искусства и художественной деятельности [12, с. 5-7].

Зайцева Н. В. отмечает, что «арт-терапия представляет собой терапию искусством, которая возникла на стыке искусства, педагогики, психологии, культурологии, медицины, социологии. Она рассматривается как творческая деятельность с терапевтическим эффектом. Поэтому арт-терапия является одним из методов психолого-педагогической работы, использующей возможности искусства для достижения положительных изменений в интеллектуальном, эмоциональном и личностном развитии подростка. Активное воздействие искусства обусловлено его направленностью на эмоционально-чувственную сферу человека, более восприимчивую и отзывчивую, чем абстрактно-логические структуры» [19, с. 71].

Методический арсенал арт-терапии представлен, прежде всего, танцевальным, драматическим, изобразительным искусством. В каждом человеке предполагается наличие скрытых возможностей (творческого потенциала), поэтому задача арт-терапии пробудить эти возможности, развить индивидуальную активность, способствовать осознанию собственной уникальности [19, с. 71].

В настоящее время технологии арт-терапии стали активно развиваться в различных отраслях, в том числе в педагогике и психологии. Создана концепция

системной арт-терапии, содержащая факторы терапевтического воздействия, формы психотерапевтических интервенций на различных этапах коррекционно-развивающих или иных занятий [22, с. 31].

Арт-технологии позволяют достаточно успешно решать множество дидактических проблем и проблем развития личности детей и подростков. Сейчас все больше специалистов осознают роль и масштабы природных сил, заложенных в человеке, поэтому арт-терапия занимает достойное ее значимости место в комплексе средств, направленных на восстановление здоровья человека. Вместе с тем, существуют уже и практики арт-терапии в области образования. Основой для образовательных арт-терапевтических технологий стала арт-педагогика, со своими богатыми традициями эстетического воспитания [19, с. 72]. Л.Д. Лебедева, рассматривая арт-терапию как новое направление в отечественной педагогической практике, относит ее к разряду инноваций, которые обобщают три понятия: новшество, новацию и нововведение [27, с. 132].

В реальном образовательном процессе арт-технологии начинают занимать одно из ведущих мест, что связано со сложностью контингента образовательных учреждений. В современную школу приходят дети, разные по характеру и поведению, по уровню своего развития и степени подготовленности. Одним учеба дается легко, другие прикладывают определенные усилия, но есть категория детей, которые в школе сталкиваются со множеством проблем. Они зачастую не могут «вписаться» в режим школьной жизни, испытывают трудности в обучении [19, с. 72].

Анализируя процесс обучения и учебные способности, В. И. Андреев отмечает, что в категорию трудных для обучения школьников могут быть отнесены самые разные учащиеся, имеющие: задержки в умственном развитии; серьезные проблемы в знаниях, умениях и навыках по отдельным, особенно «нелюбимым предметам»; низкий уровень развития памяти; несформированные общеучебные умения; отрицательное отношение к учителю; слабое здоровье, быструю утомляемость, низкую работоспособность [4, с. 22].

По мнению К. Рудестама основная цель арт-терапии, заключается в гармонизации развития личности:

- через развитие способности самовыражения и самопознания;
- через предоставление социально приемлемого выхода агрессивности и других негативных чувств;
- через облегчение процесса лечения;
- через получение материалов для интерпретации и диагностических заключений;
- через проработку мыслей и чувств, которые клиент привык подавлять;
- через развитие чувства внутреннего контроля;
- через концентрацию внимания на ощущениях и чувствах;
- через развитие художественных способностей и повышение самооценки [36].

К. Тисдейл в своих исследованиях отмечал, что задача арт-терапевтической работы заключается в необходимости побудить участников группы учиться посредством такого опыта, который ранее не был ими осознан. Чем более понятным человек станет для себя самого, чем лучше постигнет эффекты воздействия собственной личности на окружающих, тем более он будет способен к осмыслению возможных отклонений в своем поведении [22].

Л.С. Выготский [13] выделял два основных механизма психологического коррекционного воздействия, характерных для метода арт-терапии:

- первый механизм состоит в том, что искусство позволяет в особой символической форме реконструировать конфликтную травмирующую ситуацию и найти ее разрешение через переструктурирование этой ситуации на основе креативных способностей субъекта;
- второй механизм связан с природой эстетической реакции, позволяющей изменить действие «аффекта от мучительного к приносящему наслаждение» [43].

Формирующие возможности арт-терапии обусловлены предоставлением субъекту, испытывающему те или иные коммуникативные трудности, условий

для самопознания, самовыражения и саморазвития. «Искусство, являясь важным фактором художественного развития, оказывает большое психотерапевтическое воздействие на ребенка, влияние на его эмоциональную сферу, при этом выполняет коммуникативную, регулятивную, катарсическую функции. Участие проблемного ребенка в художественной деятельности со сверстниками и взрослыми расширяет его социальный опыт, учит адекватному взаимодействию и общению в совместной деятельности, обеспечивает коррекцию коммуникативной сферы» [33, с. 72].

Арт-терапевтическая работа с детьми имеет широкий спектр показаний, в том числе:

- негативная «Я-концепция»,
- низкая степень самопринятия;
- трудность эмоционального развития, повышенная тревожность, страхи, агрессивность;
- неадекватное поведение, нарушения отношений с окружающими, проблемы в межличностных отношениях, враждебность к окружающим, трудности в коммуникативной сфере [32];
- трудности эмоционального развития, актуальный стресс, депрессия, снижение эмоционального тонуса, лабильность, импульсивность, эмоциональная депривация ребенка, переживание отвержения, чувство одиночества, наличие конфликтов в межличностных отношениях [36];
- низкий уровень развития самосознания и рефлексии ребенка, проблемная социальная адаптация, несформированность позиции учащихся как субъектов обучения, неадекватная самооценка, эмоциональная нестабильность [24] и др.

Арт-терапевтическая помощь подростку в преодолении проблем с самооценкой может включать разнообразные формы (пассивную – активную, структурированную – неструктурированную) и методы.

Рассмотрим методы и психокоррекционные возможности арт-терапии [43]:

Изобразительное творчество - метод, использующий процесс рисования (лепки, аппликации) ребенка как способ психокоррекционного воздействия на его личность. Рисование – творческий акт, позволяющий ребенку ощутить и понять самого себя, свободно мечтать, фантазировать, выражать свои мысли и чувства, избавляться от негативных эмоциональных состояний. Это своеобразный способ создания программы самосовершенствования. Изобразительное творчество обладает следующими психокоррекционными возможностями: коррекция рефлексивных трудностей (самоанализ, оценка последствий своего поведения и др.); трудностей самоизменения (нежелание менять деструктивные формы межличностного взаимодействия, центрация на привычных коммуникативных действиях, страх использования новых вариантов общения, проявление самодостаточности), коррекция тревожности, агрессивности, импульсивности, конфликтности, эгоцентризма.

Музыкотерапия - метод, использующий музыку в качестве средства коррекции. Методики музыкотерапии предусматривают как самостоятельное использование музыки в качестве фактора воздействия (прослушивание музыкальных произведений, музицирование и др.), так и музыкальное сопровождение других коррекционных приемов (рисование, куклотерапия) для усиления эффекта воздействия. Музыкотерапия обладает следующими психокоррекционными возможностями: коррекция эмоциональных трудностей (слабая способность к дифференциации и пониманию эмоциональных состояний), трудностей вступления в контакт, неумения чувствовать настроение собеседника, страха самопрезентации, конформизма, вербальных трудностей, связанных с невыразительностью речи, трудностей «пристройки» к собеседнику.

Библиотерапия - метод коррекционного воздействия на ребенка с помощью чтения специально подобранной для него литературы. Литературные образы и связанные с ними чувства, влечения, желания, мысли восполняют

недостаток образов и представлений ребенка, заменяют тревожные мысли и чувства или направляют их по новому руслу, к новым целям. Библиотерапия обладает следующими психокоррекционными возможностями: коррекция трудностей эмпатии, детского эгоцентризма, трудностей, связанных с недостатком коммуникативных знаний, трудностей прогнозирования и планирования коммуникативных действий, вербальных трудностей (неумение грамотно, точно, ясно выражать свои мысли, преобладание контекстной речи над связной и др.), трудностей самоанализа.

Танцевальная терапия - метод, использующий танец как средство психокоррекционного воздействия, сочетающий в себе танцевальные движения, физический контакт и интенсивное межличностное взаимодействие детей. Танцевальная терапия обладает следующими психокоррекционными возможностями: коррекция неуверенности, негативного самовосприятия (недовольство собственным телом, комплекс «Гадкого утенка» и др.), трудностей вступления в контакт и самовыражения в коммуникативной деятельности, коррекция индивидуалистических установок, недоверия и настороженности по отношению к другим людям, стереотипности поведения, внутренней скованности.

Куклотерапия - метод, психокоррекционного воздействия, основанный на процессе идентификации ребенка с любимым героем сказки, фильма, игрушкой. В качестве основного средства воздействия используется кукла как промежуточный объект взаимодействия ребенка и психолога. Куклотерапия обладает следующими психокоррекционными возможностями: разрешение внутриличностных конфликтов ребенка, коррекция коммуникативной неадекватности, трудностей адаптации к новым условиям, деструктивных форм поведения, трудностей построения диалога, трудностей самонаблюдения и самопонимания.

Психологические этюды - метод, психокоррекционного воздействия, основанный на включении ребенка в актерскую деятельность, в рамках которой создаются условия для снятия актуальных травмирующих состояний и

выработки эффективных способов решения возникшей проблемы. Психологические этюды обладают следующими психокоррекционными возможностями: коррекция инструментальных коммуникативных трудностей (вербальных, невербальных, просодических, экстралингвистических), трудностей, связанных с негативным прошлым опытом общения, неуверенности, закомплексованности, безынициативности [43].

Подведем итоги параграфу: благодаря изданию под редакцией Карвасарского Б. Д. мы определили, что арт-терапия представляет собой направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на искусстве и творчестве. Арт-терапия является эффективным средством коррекции самооценки подростков. Среди психокоррекционных методов арт-терапии можно выделить: изобразительное творчество, музыкотерапию, библиотерапию, танцевальную терапию, куклотерапию, психологические этюды. На наш взгляд наиболее приемлемыми методами арт-терапии в подростковом возрасте являются изобразительное (декоративно-прикладное творчество) творчество, музыкотерапия и психологические этюды. Перейдем к организации и анализу опытно-экспериментальной работы.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ I

После проведения анализа психолого-педагогической литературе по проблеме исследования формирования самооценки подростков средствами арт-терапии мы пришли к следующим выводам:

1. научные споры о трактовке понятия самооценка и ее структурных компонентах до сих пор имеют место в психолого-педагогических исследованиях. Для нас более приемлемым является определение А.В. Петровского, согласно которому самооценка является «оценкой личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей»;

2. в структуру самооценки входит: понимание содержательных характеристик идентичности личности, который подразумевает различные характеристики собственного восприятия человеком самого себя; различные стороны самоотношения подростка; уровень самоуважения (самоунижение).

3. самооценка является структурным компонентом «Я-концепции», которая трактуется в словаре под редакцией Б. Мещерякова, В. Зинченко, как развивающаяся система представлений человека о самом себе, которая включает в себя осознание своих физических, интеллектуальных, характерологических, социальных и прочих свойств; самооценку; субъективное восприятие влияющих на собственную личность внешних факторов. Рассмотрим особенности подросткового возраста и особенности формирования «Я-концепции» в этом возрасте, учитывая данное определение в

4. период подросткового возраста в психологическом плане человек претерпевает серьезные личностные изменения, которые связаны с переструктурированием самосознания. В это время актуализируется процесс развития «Я» личности, обусловленный усилением значимости для нее процессов самопознания, самосовершенствования, поиска смысла жизни. На оформление самооценки подростка, еще не достаточно четко осознающего свой «образ Я», в значительной мере влияет социальная среда, прежде всего - среда сверстников;

5. арт-терапия представляет собой направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на искусстве и творчестве, которое является эффективным средством коррекции самооценки подростков. Среди психокоррекционных методов арт-терапии можно выделить: изобразительное творчество, музыкотерапию, библиотерапию, танцевальную терапию, куклотерапию, психологические этюды. Наиболее приемлемыми методами арт-терапии в подростковом возрасте являются изобразительное (декоративно-прикладное) творчество, музыкотерапия и психологические этюды.

ГЛАВА II

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ САМООЦЕНКИ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ

2. 1. Методическое обеспечение и организация исследования самооценки подростков

Для исследования самооценки подростков было избрано муниципальное бюджетное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №1 п.Тура. Подростки, обучающиеся в школе, были разделены на две группы экспериментальную и контрольную, по 20 человек в каждой, возраст подростков от 12 до 15 лет.

Для реализации поставленных в исследовании задач работа была разделена на этапы.

Первый этап – теоретический анализ проблемы, подбор методик, проведение констатирующего эксперимента, с целью выявления показателей сформированности самооценки у подростков экспериментальной и контрольной групп.

Второй этап - формирующий эксперимент, включающий проведение учебного курса в экспериментальной группе.

Третий этап – контрольное исследование показателей после формирующего эксперимента и интерпретация результатов. Обобщение, систематизация и статистическая обработка полученных материалов.

Проведя психолого-педагогический анализ научной литературы, мы сделали вывод, что в структуру самооценки входит:

- понимание содержательных характеристик идентичности личности, который подразумевает различные характеристики собственного восприятия человеком самого себя;
- различные стороны самоотношения подростка;
- уровень самоуважения (самоунижение).

В связи с выделенными категориями и структурными компонентами самооценки мы выбрали для исследования следующие методики:

1. методика М. Куна «Кто Я?» (модификация Т.В.Румянцевой) [42, с. 82-103];
2. Диагностика самоотношения В.В.Столина [8];
3. «Шкала самоуважения Розенберга» [31, с. 71-75].

Рассмотрим применяемые в исследовании методики.

Методика М. Куна «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой) используется для изучения содержательных характеристик идентичности личности. Вопрос «Кто Я?» напрямую связан с характеристиками собственного восприятия человеком самого себя, то есть с его образом «Я», самооценкой и «Я-концепцией».

Опросник самоотношения В.В.Столина представляет собой многомерный психодиагностический инструмент, основанный на принципе стандартизованного самоотчета. Опросник содержит 57 пунктов в виде утверждений. Методика построена в соответствии с разработанной В. В. Столиным иерархической моделью структуры самоотношения.

Опросник «Шкала самоуважения Розенберга» создавался и использовался как одномерный, хотя, проведенный позднее, факторный анализ выявил два независимых фактора: самоунижение и самоуважение.

Самоуважение существует и в отсутствие самоунижения, и наряду с ним, в последнем случае оно выступает в защитной функции. Опросник обладает хорошей надежностью и конструктивной валидностью.

2. 2. Анализ и интерпретация результатов констатирующего эксперимента

Констатирующее исследование с детьми проводилось в сентябре 2015 года во внеурочное время, по согласованию с родителями. I группа обучающихся – экспериментальная, в дальнейшем с данной группой была проведена

коррекционная работа по формированию адекватной самооценки подростков средствами арт-терапии; II группа – контрольная.

Итак, проанализируем данные констатирующего исследования

После проведения исследования по методике М. Куна «Кто Я?» (М.Кун, Т.Макпартленд; модификация Т.В. Румянцевой), мы составили сводные таблицы полученных результатов (см. Приложение 1). Рассмотрим результаты, полученные по методике М. Куна «Кто я?» (см. Таблица 1, рис.1).

Таблица 1

Эмпирические данные, полученные по методике М. Куна «Кто Я?»
(экспериментальная и контрольная группы до формирующего эксперимента)

Уровень самооценки	Группы подростков			
	экспериментальная		контрольная	
	Кол-во человек	Процент %	Кол-во человек	Процент %
Адекватная самооценка	9	45	8	40
Неадекватно заниженная	3	15	3	15
Неадекватно завышенная	3	15	3	15
Неустойчивая	5	25	6	30

Рис. 1. Сравнение контрольной и экспериментальной групп по результатам исследования уровня самооценки по методике М. Куна «Кто Я?» до начала формирующего эксперимента.

Анализируя данные, полученные по методике М. Куна, отмечаем, что в экспериментальной и контрольной группах значимых различий в уровне самооценки не выявлено. Адекватная самооценка наблюдается у 45% подростков в экспериментальной группе и 40% в контрольной, неадекватно заниженная и неадекватно завышенная – по 15% в каждой группе, неустойчивая самооценка выявлена у 25% подростков в экспериментальной и контрольной группе.

Проведя качественный анализ проведенной нами методики, мы можем отметить, что школьники с адекватной самооценкой давали себе такие характеристики, как: «сын», «брат», «внук», «школьник», «подросток», «ударник», «веселый», «умный», «хороший», «ласковый», «преданный», «старательный» и пр.- в основном подростки прописывали положительные качества, оценки себя как личности.

Школьники, имеющие низкую самооценку, в описании своих «я» часто прибегали к негативным суждениям: «не знаю, что сказать о себе», «плохой», «неудачник», «некрасивый», «раздражительная» и пр.

Подростки с завышенной самооценкой среди прочего выделяли такие слова, как «счастливчик», «я лучше всех», «я супер» и т.п.

С помощью методики М. Куна «Кто Я?» можем проанализировать общее количество определений, данные обучающимися в методике (см. Таблица 2, рис. 2).

Таблица 2

Эмпирические данные выявления общего количества определений «Я», полученные по методике М. Куна «Кто Я?» (экспериментальная и контрольная группа до формирующего эксперимента)

	Группы подростков	
	экспериментальная	контрольная

Общее количество определений	128	122
Количество определений на одного учащегося	6,4	6,1

Как мы видим, в экспериментальной и контрольной группах значимых различий в количестве ответов не выявлено, уровень дифференцированности «я» у подростков средний, в обеих группах на каждого обучающегося в среднем приходится по 6 определений, которые затрагивают различные области восприятия своего «я» - от понимания себя как «ребенка», «внука» до применения прилагательных «хороший», «злой» или местоимений «я-супер» и пр.

Рис. 2. Эмпирические данные выявления общего количества определений «Я», полученные по методике М. Куна «Кто Я?» (экспериментальная и контрольная группа до формирующего эксперимента)

С помощью методики М. Куна «Кто Я?» мы обнаружили, что в образе «Я» обучающиеся обеих групп выделяют следующие составляющие:

- коммуникативную - понятия, поражающие отношения человека к другим людям;
- когнитивную - понятия, определяющие интеллектуальные способности личности;
- эмоциональную - понятия, обозначающие всю гамму чувств и эмоций, переживаемых подростками;

- волевою - понятия, обозначающие способность человека сознательно управлять своей психикой и поступками;

- моральную - понятия, обозначающие нравственные нормы поведения человека, его отношения с другими людьми;

- внешность и физическое развитие - понятия, характеризующие восприятие подростком своего телесного я;

- рефлексивную - понятия, обозначающие способность личности взглянуть на самого себя со стороны.

Рассмотрим результаты, полученные по методике М.Куна «Кто я» составляющие «образа я» (см. Таблица 3, рис. 3).

Таблица 3

Эмпирические данные выявления составляющих «образа я», полученные по методике М. Куна «Кто Я?» (экспериментальная и контрольная группа до формирующего эксперимента)

Составляющие «образа я»	Группы подростков			
	экспериментальная		контрольная	
	Кол-во определений	Процент %	Кол-во определений	Процент %
Физические	37	29	26	21
Когнитивные	24	19	15	12
Коммуникативные	12	10	24	20
Волевые	26	20	18	15
Моральные	11	8	5	4
Эмоциональные	12	10	29	24
Рефлексивные	6	4	5	4

Рис. 3. Сравнение контрольной и экспериментальной групп по результатам методики М.Куна «Кто я» на выявление составляющих «образа я» до формирующего эксперимента.

Анализируя полученные данные, мы видим, что в экспериментальной группе преобладают физические и волевые дифференциации «образа я». В контрольной группе подростков более четко выражены эмоциональные составляющие образа я.

После проведения исследования по опроснику самоотношения В.В.Столина, мы составили сводные таблицы полученных результатов (Приложение 2). Рассмотрим результаты, полученные по опроснику самоотношения В.В.Столина (см. Таблица 4, рис.4) для экспериментальной группы.

Таблица 4

Эмпирические данные выявления категорий самоотношения, полученные по опроснику В.В.Столина (экспериментальная группа, до формирующего эксперимента)

Категория самоотношения	Показатель не	Показатель	Показатель ярко
-------------------------	---------------	------------	-----------------

	выражен		выражен		выражен	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Интегральная	5	25	10	50	5	25
Самоуважения	9	45	9	45	2	10
Аутосимпатия	4	20	9	45	7	35
Отношения от других	19	95	1	5	-	0
Самоинтереса	19	95	1	5	-	0
Самоуверенности	8	40	8	40	4	20
Отношения других	13	65	6	30	1	5
Самопринятия	7	35	11	55	2	10
Самопоследовательность	14	70	6	30	-	0
Самообвинения	15	75	4	20	1	5
Самоинтереса	12	60	7	35	1	5
Самопонимание	2	10	5	25	13	65

Анализ полученных данных по опроснику В.В. Столина позволяет выявить в экспериментальной группе ярко выраженное значение категорий «самопонимание», по остальным же категориям мы видим не выраженность признаков, особенно по таким категориям как «отношение других», «самоинтерес», «самопоследовательность», радует что показатель «самообвинения» в экспериментальной группе также не выражен.

Рис. 4 Соотношение показателей по опроснику В.В.Столина для экспериментальной группы на выявление категорий самоотношения до формирующего эксперимента

Рассмотрим результаты, полученные по опроснику самооотношения В.В.Столина (см. Таблица 5, рис.5) для контрольной группы.

Таблица 5

Эмпирические данные выявления категорий самооотношения, полученные по опроснику В.В.Столина (контрольная группа до формирующего эксперимента)

Категория самооотношения	Показатель не выражен		Показатель ярко выражен		Показатель ярко выражен	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Интегральная	3	15	13	65	4	20
Самоуважения	8	40	11	55	1	5
Аутосимпатия	9	45	7	35	4	20
Отношения от других	18	90	2	10	-	0
Самоинтереса	16	80	2	10	2	10
Самоуверенности	11	55	5	25	4	20
Отношения других	14	70	4	20	2	10
Самопринятия	7	35	8	40	5	25
Самопоследовательность	13	65	5	25	2	10
Самообвинения	13	65	3	15	4	20
Самоинтереса	17	85	1	5	2	10
Самопонимание	1	5	4	20	15	75

Рис. 5 Соотношение показателей по опроснику В.В.Столина для контрольной группы на выявление категорий самоотношения до формирующего эксперимента

Анализ полученных данных по опроснику В.В.Столина позволяет выявить в контрольной группе ярко выраженные значения в категории «самопонимание», в категориях «отношение от других», «самоинтерес» и «самопоследовательность» мы видим не выраженность признака, такие же категории были выделены и участниками экспериментальной группы. Исходя из полученных данных, мы можем сделать вывод, что различий в экспериментальной и контрольной группе не имеется.

Проанализируем данные констатирующего исследования по опроснику «Шкала самоуважения Розенберга» по сводным таблицам полученных результатов (см. Приложение 3). Для удобства и понимания результатов занесем данные по опроснику «Шкала самоуважения Розенберга» в таблицы (см. Таблица 6, рис.6).

Таблица 6

Сравнительный анализ итогов опросника «Шкала самоуважения Розенберга» (экспериментальная и контрольная группы до формирующего эксперимента)

Уровень самоуважения	Группы подростков			
	экспериментальная		контрольная	
	Кол-во человек	Процент %	Кол-во человек	Процент %
уважение к себе	9	45	8	40
самоунижение	11	55	12	60

Рис. 6 Сравнение контрольной и экспериментальной групп по результатам опросника «Шкала самоуважения Розенберга» до начала формирующего эксперимента.

Анализируя данные, полученные по опроснику «Шкала самоуважения Розенберга», отметим, что в экспериментальной и контрольной группе значимых различий в уровне уважения к себе и самоуничижения не выявлено.

Выраженность категории «самоуничижение» настораживает – в экспериментальной группе она составляет 55%, а в контрольной 60%.

Самоуважение является одним из наиболее существенных свойств личности, определяющих взаимоотношения человека с его окружением. Диагностика самоуважения является важной задачей психодиагностической работы с подростками, поскольку для подросткового возраста, особенно в период кризиса, характерны низкое самоуважение, что мы и наблюдаем в нашем исследовании. Низкий уровень самоуважения у подростков является условием, предрасполагающим к неблагоприятным вариантам жизненного самоопределения и фактором риска девиантного и аддиктивного поведения. Низкий уровень самоуважения в сочетании со склонностью к аутоагрессии рассматриваются как фактор риска суицидальных попыток [17, с. 63].

До начала формирующего эксперимента отсутствуют значимые различия между экспериментальной и контрольной группами. Данный факт можно доказать с помощью сравнительного анализа по U-критерию Манна-Уитни (см. Таблица 7). Полученные эмпирические значения по всем методикам показывают, что различия между группами находятся в зоне незначимости. Следовательно, группы равнозначны и пригодны для изучения по выбранной теме выпускной квалификационной работы.

Таблица 7

Сравнительный анализ экспериментальной и контрольной групп по U-критерию Манна-Уитни до формирующего эксперимента

Шкала	Значение U-критерия	Критические значения		Зоны значимости	Описание: различия между группами
1. методика М. Куна «Кто Я?»					
методика М. Куна «Кто Я?»	194	$p \leq 0.0$	$p \leq 0.0$	Зона незначимости	незначимы
		1	5		
		114	138		
2. Категория по опроснику самоотношения В.В.Столина					
Интегральная	188.5			Зона незначимости	незначимы
Самоуважения	186.5			Зона незначимости	незначимы
Аутосимпатия	145			Зона незначимости	незначимы
Отношения других	179			Зона незначимости	незначимы

Самоинтереса	182.5	p≤0.0 1	p≤0.0 5	Зона незначимости	незначимы
Самоуверенности	195	114	138	Зона незначимости	незначимы
Отношения других	164.5			Зона незначимости	незначимы
Самопринятия	142			Зона незначимости	незначимы
Самопоследовательность	189.5			Зона незначимости	незначимы
Самообвинения	169			Зона незначимости	незначимы
Самоинтереса	150.5			Зона незначимости	незначимы
Самопонимание	170			Зона незначимости	незначимы
3. опросник «Шкала самоуважения Розенберга»					
Методика Розенберга	191.5	p≤0.0 1	p≤0.0 5	Зона незначимости	незначимы
		114	138		

2.3. Формирования самооценки подростков средствами арт-терапии

Работа по формированию адекватной самооценки является актуальной именно в подростковом возрасте.

Цель работы: формирование адекватной самооценки у подростков, а также формирование компетенции в сфере самосовершенствования: саморегулирование, саморазвитие, личностная и предметная рефлексия.

Цель данной программы конкретизируется в частных задачах:

- содействовать осознанию ценности и уникальности собственной личности, формировать положительный, целостный образа «я», самопринятие;
- создать условия для включения личности подростка в процесс самопознания, самосовершенствования и самораскрытия;
- использовать методы арт-терапии, обеспечивающие создание атмосферы безопасности и раскрытия адекватной самооценки.

Ожидаемый результат: формирование адекватной самооценки и всех параметров самоотношения: самоуважения, аутосимпатии, самоинтереса, самопонимания, самопринятия, ожидания положительного отношения от других; приобретении навыков рефлексии; создание устойчиво позитивных психоэмоциональных состояний.

Общее число занятий: 7, один раз в неделю.

Продолжительность занятия: 1,5–2 часа.

Количество подростков в группе: 20 человек.

Для проведения занятий нужны различные материалы: карандаши, фломастеры, краски, кисти разных размеров, палитра, баночки с водой, губка, бумага различных цветов, оттенков, формата, плотности и текстуры, картон, фольга, клей, скотч, ножницы, нитки, веревки. Для коллажей понадобятся старые журналы, репродукции, фотографии. Для театрализованных представлений (Перформанса) могут понадобиться грим, свечи, костюмы, различные ткани и т.д., диски с музыкой.

Рассмотрим краткую структуру занятий по формированию адекватной самооценки подростков средствами арт-терапии (см. Таблица 8):

Таблица 8

Структура занятий по формированию адекватной самооценки подростков средствами арт-терапии

Тема	Цели, задачи, назначения арт-занятия	Наименование форм работы, упражнения
Знакомство. «Затерянный мир»	– Создание условий для включения личности в процесс самораскрытия; знакомство со спецификой работы в группе, со структурой занятий, установление принципов работы в группе, знакомство с каждым членом в группе. – Побуждение личности к самораскрытию, исследованию собственного эмоционального состояния, развитию творческого воображения. - Позволяет осознать самих себя– своею внешность и внутренние характеристики, повышение уверенности в себе.	1. Информация о тренинге знакомство со структурой занятий. 2. Знакомство. 3. Выработка правил группы. 4. Упражнение «Каракули» 5. «Метафорический Автопортрет». 6. Рефлексия.
«Цветные звуки моего тела»	– Создание в группе атмосферы взаимного принятия, доброжелательности, взаимопомощи, эмоциональной поддержки. – Побуждение каждого участника к самораскрытию через спонтанное творчество, проявлению отношений и эмоциональных реакций. – Обучение способам выражения своих	1. Свободное рисование на листе бумаги. 2. Техника «Цветные звуки моего тела». 3. Рефлексия.

	чувств.	
«Рисуем имя...»	<ul style="list-style-type: none"> – Исследование личностной идентичности; – Содействие развитию спонтанности, рефлексии, проявлению истинных чувств; – Расширение ролевого репертуара и ролевой гибкости; – Содействие осознанию ценности и уникальности собственной личности, формированию положительного, целостного образа «я», самопринятия. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Зеркало». 2. Техника «Рисуем имя» 3. Упражнение «письмо Волшебнику». 4. Рефлексия.
«Рисуем маски...»	Создание условий для включения личности в процесс самопознания, осознания участниками своего реального и идеального Я, отношения к себе, своих сильных и слабых сторон, формирование установки на взаимопонимание, формирование навыков рефлексии.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Визуализация. 2. Техника «Рисуем маски...» 3. Рефлексия. 4. Упражнение «Два письма»
«Мой герб»	Осознание и исследование своей идентичности, актуализация и осознание внешних и внутренних ресурсов своей личности, повышение самооценки.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения для настроения. 2. Техника «мой герб» 3. Рефлексия 4. Релаксация «Водопад»
Коллаж: « Все грани моего Я»	Отработка навыков невербальной коммуникации, эмоциональный подход к заданной теме, развитие креативности, формирование установки на взаимопонимание, формирование навыков рефлексии, повышение самооценки.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Техника «Коллаж» 2. Упражнения для настроения. 3. Техника вербализации: «Избавление от комплекса» 4. Рефлексия
Перформанс	Ролевое развитие и трансформация, расширение способов коммуникации, идентификация с различными ролями и ситуациями, ритуальный характер действий членов группы.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Шанхайцы» 2. Создание образов и представление их. 3. Рефлексия.

Общие рекомендации проведения тренинга арт-терапии (Лебедева Л.Д) [27]:

Оптимальное число участников арт-терапевтической группы от 3 до 15 человек. Пространство для занятий включает круг из стульев, рабочие места

(парту и стул) для индивидуального творчества, а также свободную от мебели часть аудитории, в которой можно легко перемещаться. Участники имеют равные права и равную ответственность за происходящее.

Структура занятий.

Первый этап. Настрой.

Начало занятия – это настрой на творчество. Задача этого этапа — подготовка участников к спонтанной художественной деятельности и внутригрупповой коммуникации. Здесь используются игры, двигательные и танцевальные упражнения, несложные изобразительные приемы. Например, различные варианты техники «каракули» («каракули Винникогта», «каракули тела», «каляки»), техника «закрытых глаз», «автографы», «эстафета линий». При выполнении этих упражнений происходит снижение контроля со стороны сознания и наступает релаксация.

Второй этап. Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.

Музыка как терапевтическое средство, по мнению многих отечественных и зарубежных ученых (С.С. Корсаков, В.М. Бехтерев, К. Швабе и др.), влияет на настроение человека, улучшает его самочувствие, стимулирует его волю к выздоровлению, помогает ему активно участвовать в лечебном процессе.

Для занятий лучше подбирать мелодичные композиции без текста, которые не вызывают протеста у участников. Громкость звучания также устанавливается с общего согласия. Заметим, что необходимо изменить или выключить музыку, если этого желает хотя бы один из присутствующих.

Можно сочетать арт- и танцевально-двигательную терапию.

Третий этап. Индивидуальная изобразительная работа.

Этот этап предполагает индивидуальное творчество для исследования собственных проблем и переживаний. Принято считать, что все виды подсознательных процессов, в том числе страхи, сновидения, внутренние конфликты, ранние детские воспоминания, отражаются в изобразительной продукции при спонтанном творчестве.

Участники занятий, как правило, различаются степенью готовности к экспрессии, к контакту с психологом, к открытости в вербализации своих переживаний. Некоторые дети и взрослые пытаются создавать реалистичные, красивые рисунки. Поэтому необходимо объяснить участникам занятия, что их работы не будут оцениваться. Важен процесс спонтанного творчества, эмоциональное состояние «рисовальщика», его внутренний мир, поиск адекватных средств самовыражения.

Данный этап занятия располагает к косвенной диагностике. Так, некоторые дополнительные сведения об авторе можно получить при интерпретации рисунков в соответствии с устоявшимися критериями известных проективных методик. Однако следует избегать прямолинейных аналогий и поспешных выводов.

Четвертый этап. Активизация вербальной и невербальной коммуникации.

Главной задачей этого этапа является создание условий для внутригрупповой коммуникации. Каждому участнику предлагается показать свою работу и рассказать о тех мыслях, чувствах, ассоциациях, которые возникли у него в процессе изобразительной деятельности. Степень открытости и откровенности самопрезентации зависит от уровня доверия к группе, к психологу, от личных особенностей ребенка. Если он по каким-то причинам отказывается от высказываний, не следует настаивать. По рассказу участника можно понять, кого он осуждает, кому сочувствует, кем восхищается. Поэтому нетрудно составить представление о нем самом, его ценностях и интересах, отношениях с окружающими.

Пятый этап. Рефлексивный анализ. Заключительный этап предполагает рефлексивный анализ в безопасной обстановке. Здесь обычно присутствуют элементы спонтанной «взаимотерапии» в виде доброжелательных высказываний, положительного программирования, поддержки. Атмосфера эмоциональной теплоты, эмпатии, заботы позволяет каждому участнику арт-терапии пережить ситуацию успеха в той или иной деятельности. Участники

приобретают положительный опыт самоуважения и самопринятия, у них укрепляется чувство собственного достоинства, корректируется образ «Я».

В завершение необходимо подчеркнуть успех всех и каждого.

Правила арт-терапии.

1. В арт-терапевтическом процессе неприемлемы команды, указания, требования, принуждение.

2. Ребенок вправе выбирать виды и содержание творческой деятельности, изобразительные материалы, а также работать в собственном темпе.

3. Подросток может отказаться от выполнения некоторых заданий, открытой вербализации чувств и переживаний, коллективного обсуждения. («Включенность» подростков в групповую коммуникацию во многом определяется педагогической этикой и мастерством психолога.)

4. Подросток имеет право просто наблюдать за деятельностью остальных участников или заниматься чем-либо по желанию, если это не противоречит социальным и групповым нормам.

5. В арт-терапии принят запрет на сравнительные и оценивающие суждения, отметки, критику, наказания!

Таким образом, арт-терапия позволяет каждому участнику оставаться самим собой, не испытывать неловкости, стыда, обиды от сравнения с более успешными, на его взгляд, детьми, продвигаться в развитии сообразно своей природе. При этом гуманистический подход не декларируется, а реально воплощается на практике.

Причем, чем меньше психолог вмешивается в художественную деятельность подростков, тем выше полученный терапевтический эффект, тем быстрее устанавливаются отношения эмпатии, взаимного доверия и принятия [41].

2.4. Итоговое исследование формирования самооценки подростков

Для фиксации результатов уровня формирования адекватной самооценки подростков, после проведения формирующего эксперимента была проведена повторная диагностика, как в экспериментальной, так и в контрольной группе обучающихся. В ходе проведенного итогового исследования были получены эмпирические данные с помощью тех же методик, что и на констатирующем этапе исследования: методика М. Куна «Кто Я?», опросник самоотношения В.В.Столина, опросник «Шкала самоуважения Розенберга».

Для того чтобы понять произошли ли изменения в составляющих характеристиках самооценки или нет, мы сравним данные, полученные до проведения формирующего эксперимента и данные, полученные после него. Для начала рассмотрим экспериментальную группу.

Рассмотрим данные, полученные по методике М. Куна «Кто Я?» до начала формирующего эксперимента (приложение 1) и после него (приложение 5). Проанализируем результаты сопоставительного исследования (см. Таблица 9, рис.7).

Таблица 9

Эмпирические данные, полученные по методике М. Куна «Кто Я?»
(экспериментальная группа до и после формирующего эксперимента)

Уровень самооценки	Экспериментальная группа			
	до формирующего эксперимента		после формирующего эксперимента	
	Кол-во человек	Процент %	Кол-во человек	Процент %
Адекватная самооценка	9	45	16	80
Неадекватно заниженная	3	15	0	0
Неадекватно завышенная	3	15	2	10
Неустойчивая	5	25	2	10

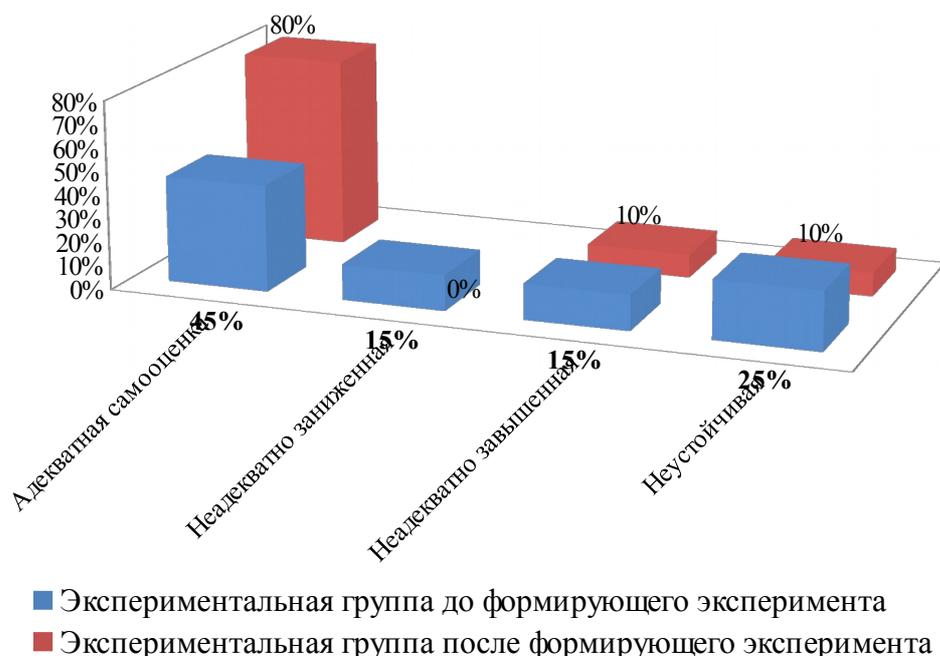


Рис. 7. Результаты исследования уровня самооценки по методике М. Куна «Кто Я?» для экспериментальной группы до и после формирующего эксперимента.

Отметим, что в экспериментальной группе после формирующего эксперимента возрос уровень в категории «адекватная самооценка» на 35%, снизились категории «заниженная самооценка» на 15% (не было выявлено ни одного ребенка с этим показателем), неадекватно завышенная самооценка снизилась на 5%, также снизилась неустойчивость в определении самооценки на 15% по сравнению с констатирующим экспериментом.

С помощью методики М. Куна «Кто Я?» можем проанализировать общее количество определений, данные обучающимися экспериментальной группы в методике до и после формирующего эксперимента (см. Таблица 10, рис. 8).

Таблица 10

Эмпирические данные выявления общего количества определений, полученные по методике М. Куна «Кто Я?» (экспериментальная группа до и после формирующего эксперимента)

	Экспериментальная группа до формирующего эксперимента	Экспериментальная группа после формирующего эксперимента
Общее количество определений	128	183
Количество	6,4	9,15

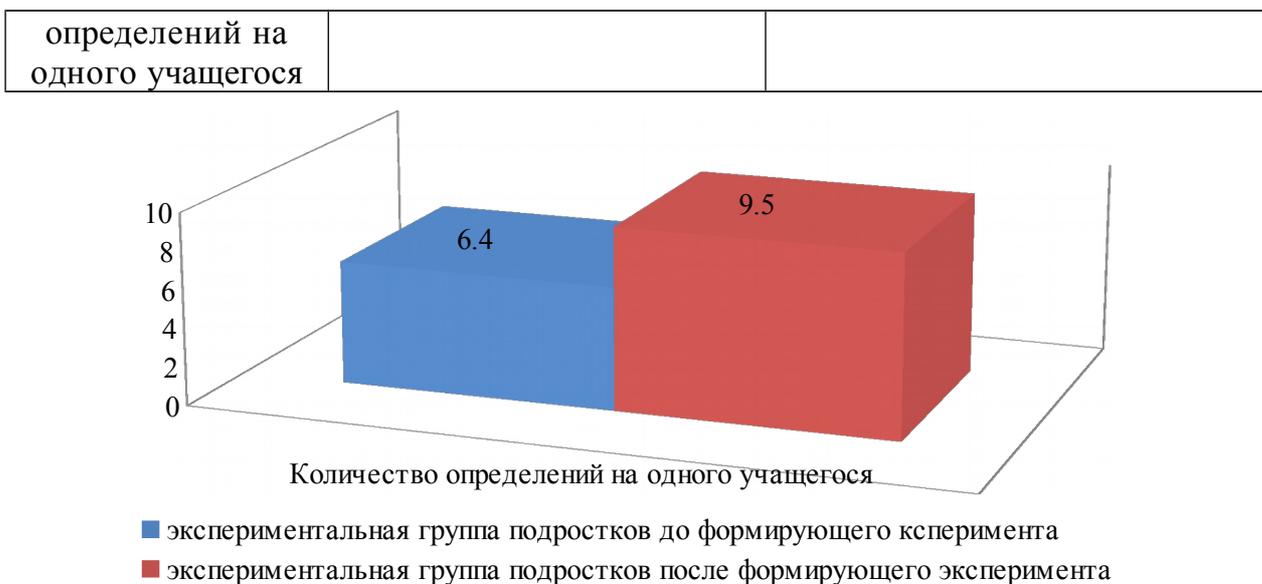


Рис. 8. Эмпирические данные выявления общего количества определений, полученные по методике М. Куна «Кто Я?» (экспериментальная группа до и после формирующего эксперимента)

Мы видим, что среднее количество определений на одного учащегося возросло на 2,7 и составляет теперь 9,15 определений, а это высокий уровень дифференцированности составляющих «образа я», который связан с такими личностными особенностями, как общительность, уверенность в себе, ориентирование на свой внутренний мир, высокий уровень социальной компетенции и самоконтроля.

Рассмотрим результаты, полученные по методике М.Куна «Кто я» составляющие дифференциацию «образа я» (см. Таблица 11, рис. 9).

Таблица 11

Эмпирические данные выявления составляющих «образа я», полученные по методике М. Куна «Кто Я?» (экспериментальная группа до и после формирующего эксперимента)

Составляющие «образа я»	Экспериментальная группа до формирующего эксперимента		Экспериментальная группа после формирующего эксперимента	
	Кол-во определений	Процент %	Кол-во определений	Процент %
Физические	37	29	41	22
Когнитивные	24	19	23	13
Коммуникативные	12	10	28	15

Волевые	26	20	28	15
Моральные	11	8	23	13
Эмоциональные	12	10	20	11
Рефлексивные	6	4	20	11



Рис. 9. Сравнение показателей составляющих «образ я», полученные по методике М. Куна «Кто Я?» в экспериментальной группе до и после формирующего эксперимента

Анализируя полученные данные, мы видим, что в экспериментальной группе до и после формирующего эксперимента есть существенные различия. Улучшились показатели в категориях «коммуникативные навыки», «эмоциональные» и «рефлексивные» «образы я». Поскольку вычислялась средняя величина от общего количества определений, то по другим категориям значимых различий в данном графике не видно, поэтому эффективность формирующего эксперимента будет заметнее при сопоставлении результатов в математическом расчете Манна – Уитни (см. Таблица 14).

Проанализируем результаты опросника самоотношения В.В.Столина «в экспериментальной группе до и после формирующего эксперимента (см. Таблица 12, рис.10).

Таблица 12

Эмпирические данные выявления категорий самоотношения, полученные по опроснику В.В.Столина (экспериментальная группа до и после формирующего эксперимента)

Категория самоотношения	Экспериментальная группа после формирующего эксперимента					
	Показатель не выражен		Показатель выражен		Показатель ярко выражен	
	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Интегральная	1	5	6	30	13	65
Самоуважения	1	5	11	55	8	40
Аутосимпатия	6	30	0	0	14	70
Отношения от других	7	35	13	65	-	0
Самоинтереса	9	45	10	50	1	5
Самоуверенности	5	25	4	20	11	55
Отношения других	9	45	5	25	6	30
Самопринятия	5	25	10	50	5	25
Самопоследовательность	6	30	8	40	6	30
Самообвинения	20	100	-	0	-	0
Самоинтереса	6	30	8	40	6	30
Самопонимание	-	0	1	5	19	95

Рис. 10. Соотношение показателей по опроснику В.В.Столина для экспериментальной группы после формирующего эксперимента на выявление категорий самооотношения

Анализ полученных данных по опроснику В.В.Столина позволяет выявить в экспериментальной группе яркую выраженность признаков «интегральная шкала», шкала «аутосимпатии», «самоуверенность» и «самопонимание», в то время как в констатирующем эксперименте яркая выраженность была лишь в категории «самопонимание». По диаграмме мы видим, что шкала «самообвинения» является не выраженным признаком, что свидетельствует о положительном эмоциональном настрое подростков (данная шкала по сравнению с констатирующим исследованием значимо не изменилась).

После проведения исследования по опроснику «Шкала самоуважения Розенберга» мы составили сводные таблицы полученных результатов (Приложение 2, Приложение 6). Рассмотрим результаты, полученные по опроснику «Шкала самоуважения Розенберга» для экспериментальной группы подростков до и после формирующего эксперимента (см. Таблица 13, рис. 11).

Таблица 13

Сравнительный анализ итогов опросника «Шкала самоуважения Розенберга»
(экспериментальная группа до и после формирующего эксперимента)

Уровень самоуважения	Экспериментальная группа до формирующего эксперимента		Экспериментальная группа после формирующего эксперимента	
	Кол-во человек	Процент %	Кол-во человек	Процент %
уважение к себе	9	45	20	100
самоунижение	11	55	0	0

Рис. 11. Сравнение экспериментальной группы до и после формирующего эксперимента по результатам опросника «Шкала самоуважения Розенберга».

Анализируя данные, полученные опроснику «Шкала самоуважения Розенберга», отметим, что в экспериментальной группе до и после проведения формирующего эксперимента обнаружены значимые различия в уровне уважения к себе: все дети показали уважительное отношение к себе, данный показатель возрос на 55%.

Наличие различий между экспериментальной группой до и после формирующего эксперимента можно доказать с помощью сравнительного анализа по U-критерию Манна-Уитни (см. Таблица 14).

Таблица 14

Сравнительный анализ методик по U-критерию Манна-Уитни
(экспериментальная группа до и после формирующего эксперимента)

Шкала	Значение U-критерия	Критические значения		Зоны значимости	Описание: различия между группами
1. Методика М. Куна «Кто Я?»					
методика М. Куна «Кто Я?»	113	$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$	Зона значимости	имеются
		114	138		

2. Категория по опроснику самоотношения В.В.Столина					
Интегральная	98.5			Зона значимости	имеются
Самоуважения	79.5			Зона значимости	имеются
Аутосимпатия	95.5			Зона значимости	имеются
Отношения других	30			Зона значимости	имеются
Самоинтереса	55.5	$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$	Зона значимости	имеются
		114	138		
Самоуверенности	122.5			Зона неопределенности	не определены
Отношения других	110			Зона значимости	имеются
Самопринятия	111.5			Зона значимости	имеются
Самопоследовательность	77			Зона значимости	имеются
Самообвинения	196			Зона не значимости	Нет различий
Самоинтереса	102			Зона значимости	имеются
Самопонимание	118.5			Зона неопределенности	не определены
3. опросник «Шкала самоуважения Розенберга»					
Методика Розенберга	75	$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$	Зона значимости	имеются
		114	138		

Полученные эмпирические значения по методикам показывают, что различия между группами находятся в зоне значимости. По шкалам опросника В.В. Столина в не зоны значимости оказалась шкала «самообвинения», значимые различия между группами были не определены в шкалах «самоуверенность» и «самопонимание».

Теперь проанализируем результаты проведенных методик для контрольной группы до и после формирующего эксперимента.

Рассмотрим результаты, полученные по методике М. Куна «Кто я?» в контрольной группе до и после формирующего эксперимента (Приложение 3, Приложение 7). Мы видим, что уровень самооценки в группе с течением времени не изменился (см. Таблица 15, рис.12)

Таблица 15

Эмпирические данные, полученные по методики М. Куна «Кто Я?»
(контрольная группа до и после формирующего эксперимента)

Уровень самооценки	Контрольная группа до формирующего эксперимента		Контрольная группа после формирующего эксперимента	
	Кол-во человек	Процент %	Кол-во человек	Процент %
Адекватная самооценка	8	40	8	40
Неадекватно заниженная	3	15	3	15
Неадекватно завышенная	3	15	3	15
Неустойчивая	6	30	6	30

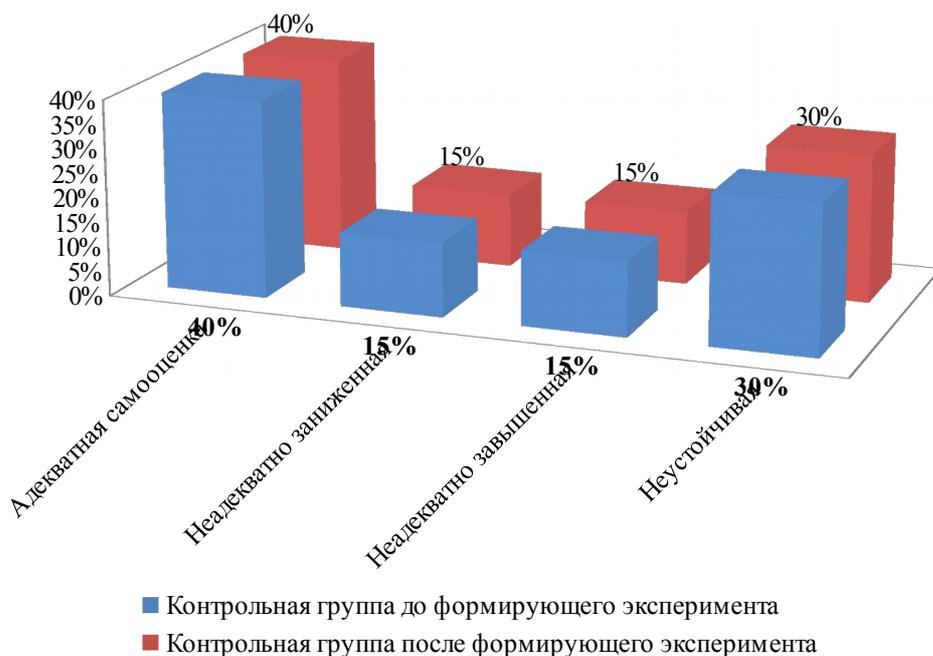


Рис. 12. Сравнение контрольной группы по результатам исследования уровня самооценки по методике М. Куна «Кто Я?» до и после формирующего эксперимента.

С помощью методики М. Куна «Кто Я?» можем проанализировать общее количество определений «Я», данные обучающимися в методике (см. Таблица 16, рис. 13).

Таблица 16

Эмпирические данные выявления общего количества определений, полученные по методике М. Куна «Кто Я?»

(контрольная группа до и после формирующего эксперимента)

	Контрольная группа до формирующего эксперимента	Контрольная группа после формирующего эксперимента
Общее количество определений	122	127
Количество	6,1	6,35

определений на одного учащегося		
---------------------------------	--	--

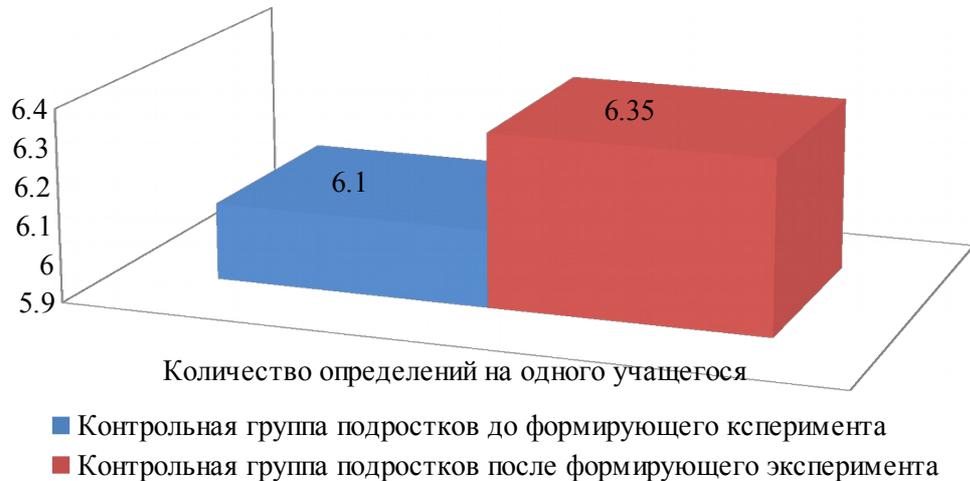


Рис. 13. Эмпирические данные выявления общего количества определений, полученные по методике М. Куна «Кто Я?» (контрольная группа до и после формирующего эксперимента)

Как мы видим, в контрольной группе значимых различий в количестве ответов до и после формирующего эксперимента не выявлено, уровень дифференцированности «я» у подростков остался на среднем уровне и посредством стихийного формирования возрос на 0,25 определений на одного обучающегося, что является несущественным отличием.

Рассмотрим результаты, полученные по методике М.Куна «Кто я» на выявление составляющих «образа я» (см. Таблица 17, рис. 14).

Таблица 17

Эмпирические данные выявления составляющих «образа я», полученные по методике М. Куна «Кто Я?» (контрольная группа до и после формирующего эксперимента)

Составляющие «образа я»	Контрольная группа до формирующего эксперимента		Контрольная группа после формирующего эксперимента	
	Кол-во определений	Процент %	Кол-во определений	Процент %
Физические	26	21	28	22
Когнитивные	15	12	17	13
Коммуникативные	24	20	24	19

Волевые	18	15	18	14
Моральные	5	4	5	4
Эмоциональные	29	24	30	24
Рефлексивные	5	4	5	4

Рис.14. Сравнение контрольной группы до и после формирующего эксперимента по результатам методики М.Куна «Кто я» на выявление составляющих «образа я».

Анализируя полученные данные, видим, что в контрольной группе до и после формирующего эксперимента преобладают эмоциональные составляющие образа я, значимых изменений не выявлено.

После проведения исследования по опроснику самооотношения В.В.Столина мы составили сводные таблицы полученных результатов (Приложение 2, Приложение 6). Рассмотрим полученные данные по опроснику самооотношения В.В.Столина (см. Таблица 18, рис.15) для контрольной группы до и после итогового исследования.

Таблица 18

Эмпирические данные выявления категорий самооотношения, полученные по опроснику В.В.Столина (контрольная группа после формирующего эксперимента)

Категория самооотношения	Показатель не выражен	Показатель выражен	Показатель ярко выражен
--------------------------	-----------------------	--------------------	-------------------------

	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
Интегральная	1	5	14	70	5	25
Самоуважения	7	35	12	60	1	5
Аутосимпатия	8	40	8	40	4	20
Отношения от других	18	90	2	10	0	0
Самоинтереса	16	80	2	10	2	10
Самоуверенности	10	50	6	30	4	20
Отношения других	14	70	4	20	2	10
Самопринятия	5	25	11	55	4	20
Самопоследовательность	12	60	7	35	1	5
Самообвинения	13	65	3	15	4	20
Самоинтереса	17	85	2	10	1	5
Самопонимание	2	10	5	25	13	65

Рис.15. Соотношение показателей по опроснику В.В.Столина для контрольной группы на выявление категорий самоотношения после формирующего эксперимента

Мы видим, что значимых различий в контрольной группе до и после формирующего эксперимента не имеется – также ярко выражен признак «самопонимание», не выражены признаки «отношение других», «самоинтерес», «самообвинение».

После проведения исследования по опроснику «Шкала самоуважения Розенберга» мы составили сводные таблицы полученных результатов

(Приложение 3, Приложение 7). До и после формирующего эксперимента в контрольной группе значимых различий не имеется (см. Таблица 19, рис.16).

Таблица 19

Сравнительный анализ итогов опросника «Шкала самоуважения Розенберга»
(контрольная группа до и после формирующего эксперимента)

Уровень самоуважения	Контрольная группа до формирующего эксперимента		Контрольная группа после формирующего эксперимента	
	Кол-во человек	Процент %	Кол-во человек	Процент %
уважение к себе	8	40	10	50
самоунижение	12	60	10	50

Рис.16. Сравнение контрольной группы до и после формирующего исследования по результатам опросника «Шкала самоуважения Розенберга».

Отсутствие значимых различий в контрольной группе до и после формирующего эксперимента можно доказать с помощью сравнительного анализа по U-критерию Манна-Уитни (см. Таблица 20). Полученные эмпирические значения по всем методикам показывают, что различия между группами находятся в зоне незначимости.

Таблица 20

**Сравнительный анализ методик по U-критерию Манна-Уитни
(контрольная группа до и после формирующего эксперимента)**

Шкала	Значение U-критерия	Критические значения		Зоны значимости	Описание: различия между группами
1. методика М. Куна «Кто Я?»					
методика М. Куна «Кто Я?»	198	$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$	Зона незначимости	незначимы
		114	138		
2. Категория по опроснику самоотношения В.В.Столина					
• Интегральная	188			Зона незначимости	незначимы
• Самоуважения	180.5			Зона незначимости	незначимы
• Аутосимпатия	186			Зона незначимости	незначимы
• Отношения других	183.5			Зона незначимости	незначимы
• Самоинтереса	199.5	$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$	Зона незначимости	незначимы
		114	138		
• Самоуверенности	192.5			Зона незначимости	незначимы
• Отношения других	175.5			Зона незначимости	незначимы
• Самопринятия	197.5			Зона незначимости	незначимы
• Самопоследовательность	192.5			Зона незначимости	незначимы
• Самообвинения	185			Зона незначимости	незначимы
• Самоинтереса	182.5			Зона незначимости	незначимы
• Самопонимание	191			Зона незначимости	незначимы
				Зона незначимости	незначимы
3. опросник «Шкала самоуважения Розенберга»					
Методика Розенберга	194	$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$	Зона незначимости	незначимы
		114	138		

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ II

Целью эмпирического исследования являлась проверка выдвинутой гипотезы о том, что формирование самооценки подростков средствами арт-терапии возможно при воздействии на понимание содержательных характеристик идентичности личности, который подразумевает различные характеристики собственного восприятия человеком самого себя; различные стороны самоотношения подростка; уровень самоуважения.

В исследовании приняли участие 40 обучающихся МБОУ СОШ №1 п.Тура подросткового возраста, которое было проведено в течение сентября – декабря 2015 года.

Учитывая возрастные особенности учащихся подросткового возраста, для изучения самооценки нами были использованы следующие методики:

1. методика М. Куна «Кто Я?» (модификация Т.В.Румянцевой) [42, с. 82-103];
2. Диагностика самоотношения В.В.Столина [8];
3. «Шкала самоуважения Розенберга» [31, с. 71-75].

После проведения и обработки вышеперечисленных методик, полученные данные подверглись математической обработке по U-критерию Манна-Уитни на стадии констатирующего эксперимента и после проведения опытно-экспериментальной работы, результаты методик также были качественно описаны и интерпретированы.

На стадии констатирующего эксперимента, при проведении методики М. Куна «Кто я?», адекватная самооценка наблюдалась у 45% подростков в экспериментальной и 40% в контрольной группе, неадекватно заниженная и неадекватно завышенная – по 15% в каждой группе, неустойчивая самооценка выявлена у 25% в экспериментальной и контрольной группе подростков. Сопоставляя результаты методики М.Куна «Кто я?» в экспериментальной и контрольной группах уровень дифференцированности «я» у подростков средний, так как на каждого обучающегося в среднем приходилось по 6

определений. Далее просматривая данные методики «Кто я?» на выявление составляющих «образа я», мы видим, что в экспериментальной и контрольной группе преобладали физические и волевые дифференциации «образа я». В контрольной группе подростков более четко выражены эмоциональные составляющие образа я.

Анализ полученных данных по опроснику В.В. Столина позволил выявить в экспериментальной и контрольной группе ярко выраженное значение категорий «самопонимание», по остальным же категориям выявлена не выраженность признаков, особенно по таким категориям как «отношение других», «самоинтерес», «самопоследовательность».

Результаты, полученные по опроснику «Шкала самоуважения Розенберга», показали, что выраженность категории «самоуничижение» в экспериментальной группе составляет 55%, а в контрольной 60%, это довольно плохие результаты. Низкий уровень самоуважения, является условием, predisposing к неблагоприятным вариантам жизненного самоопределения и фактором риска девиантного и аддиктивного поведения у подростков.

Таким образом, мы видим, что формирование самооценки у подростков по находится в пределах нормы в обеих группах школьников, однако настораживает низкий уровень самоуважения. По критерию Манна – Уитни было доказано отсутствие значимых различий между экспериментальной и контрольной группами на этапе констатирующего исследования.

Далее, на этапе опытно-экспериментальной работы нами была разработана программа по формированию адекватной самооценки в подростковом возрасте средствами арт-терапии.

Цель программы заключалась в формировании адекватной самооценки в подростковом возрасте, посредством создания следующих психолого – педагогических условий:

✓ содействие осознанию ценности и уникальности собственной личности, формирование положительного, целостного образа «я» и

самопринятие формировалось через лекционный материал и упражнения «каракули», «метафорический автопортрет», техники «закрытых глаз», «автографы», «эстафета линий», «цветные звуки моего тела» и т.п;

✓ создание условий для включения личности подростка в процесс самопознания, самосовершенствования и самораскрытия формировались с помощью упражнений «зеркало», «письмо волшебнику», технику рисуем имя», «коллаж», «избавление от комплекса», «Шанхайцы» и т.д.;

✓ использовались методы арт-терапии, обеспечивающие создание атмосферы безопасности и раскрытия «образа Я» такие как с рисование и прослушивание классической музыки, действенным был и самодеятельный театр, который давал ролевое развитие и позволял преображаться образно.

Экспериментальная работа проводилась автором в качестве педагога - психолога и проходила во внеурочное время в экспериментальной группе учащихся по согласованию с родителями.

После проведения опытно-экспериментальной работы обе группы были повторно продиагностированы названными выше методиками. Анализ полученных повторно данных показал, что в контрольной группе не произошло значимых изменений. В тоже время анализ данных, полученных после опытно-экспериментальной работы в экспериментальной группе, показал, что в ней произошли существенные изменения.

В экспериментальной группе по методике М.Куна «Кто я?» после формирующего эксперимента возрос уровень в категории «адекватная самооценка» на 35%, снизились категории «заниженная самооценка» на 15%, неадекватно завышенная самооценка снизилась на 5%, также снизилась неустойчивость в определении самооценки на 15% по сравнению с констатирующим экспериментом. Среднее количество определений (по этой же методике) на одного учащегося возросло на 2,7 определений и составляет теперь 9,15 определений, а это высокий уровень дифференцированности составляющих «образа я», который связан с такими личностными особенностями, как общительность, уверенность в себе,

ориентирование на свой внутренний мир, высокий уровень социальной компетенции и самоконтроля.

Анализируя полученные данные по опроснику В.В. Столина, мы видим, что улучшились показатели в категориях «коммуникативные навыки», «эмоциональные» и «рефлексивные» «образы я» в экспериментальной группе.

Рассматривая показатели по опроснику «Шкала самоуважения Розенберга», видим, что в экспериментальной группе до и после проведения формирующего эксперимента все дети показали уважительное отношение к себе, данный показатель возрос на 55%.

Таким образом, в экспериментальной группе после проведения формирующего эксперимента мы видим улучшения в формировании самооценки подростков. Следовательно, выдвинутая гипотеза исследования нами полностью доказана.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

С целью проверки выдвинутой гипотезы о том, что формирование самооценки подростков средствами арт-терапии возможно при воздействии на понимание содержательных характеристик идентичности личности, который подразумевает различные характеристики собственного восприятия человеком самого себя; различные стороны самоотношения подростка; уровень самоуважения, нами было проведено исследование, задачи которого были определены следующим образом:

- провести теоретический анализ проблемы формирования самооценки подростков средствами арт-терапии;
- экспериментально исследовать особенности самооценки в период подросткового возраста;
- выявить возможности формирования самооценки подростков средствами арт-терапии;
- провести опытно-экспериментальную работу по исследованию формирования самооценки подростков с помощью арт-терапии.

Эмпирическую базу исследования составили учащиеся МБОУ СОШ п.Тура №1. В качестве экспериментальной группы была представлена группа обучающихся 8 «А», в качестве контрольной – обучающиеся 8 «Б», в каждой группе было по 20 человек. В экспериментальной группе проводилась коррекционная работа с применением средств арт-терапии, направленная на формирование позитивной самооценки подростков, в контрольной группе таких занятий не проводилось.

Исследование было проведено в течение сентября – декабря 2015 года, в три этапа:

1. Констатирующий этап исследования (2.09 -15.09.2015).
2. Опытнo-экспериментальная работа (16.09-11.11.15).
3. Контрольный этап исследования (12.11 – 29.11.2015).

В эмпирическом исследовании были использованы следующие методики:

4. методика М. Куна «Кто Я?» (модификация Т.В.Румянцевой) [42, с. 82-103];
5. Диагностика самоотношения В.В.Столина [8];
6. «Шкала самоуважения Розенберга» [31, с. 71-75].

На основании количественного и качественного анализа результатов проведенного исследования мы пришли к следующему выводу формирование самооценки подростков средствами арт-терапии возможно при воздействии на понимание содержательных характеристик идентичности личности, который подразумевает различные характеристики собственного восприятия человеком самого себя; различные стороны самоотношения подростка; уровень самоуважения.

Таким образом, в результате нашей работы была достигнута цель, решены задачи и подтверждена гипотеза дипломной работы.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Акбиева З.С. Самооценка и направленность личности подростков с отклоняющимся поведением: автореф. дис. ... пед. наук 19.00.07 М., 1997. 179 с.
2. Акимова М.К., Гуревич К.М. Психологическая диагностика / Под ред. М.К. Акимовой, К.М. Гуревича. СПб.: Питер, 2004.
3. Амурова Н.Г. Развитие «Я-концепции» личности как педагогическая проблема Вестник Майкопского государственного технологического университета. № 2. 2012 С. 76-78 [Электронный ресурс] / URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-ya-kontseptsii-lichnosti-kak-pedagogicheskaya-problema> (дата обращения 10.08.15)
4. Андреев В. И. Педагогика: Учебный курс для творческого саморазвития. - Казань: Центр инновационных технологий, 2000. 603 с.
5. Архиреева Т.В. Влияние родительского воспитания на самоотношение младшего школьника // Вопр. психол. 2006. № 3. С.67-77.
6. Белозерова Г.М. Инновационные технологии в инкультурации и реабилитации личности особого ребенка // Теория и практика общественного развития. №1. 2003 С. 251-253
7. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986
8. Бодалев А.А. Общая психодиагностика / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. СПб., 2000. 440 с.
9. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии 1979. №4. С.23-34.
10. Бороздина Л. В. Сущность самооценки и ее соотношение с «Я-концепцией» // Вестник Московского университета 2011. №1 С. 54-65.
11. Бороздина Л.В. Исследование уровня притязаний. М., 2000.
12. Вальдес Одриосола М.С. Арт-терапия в работе с подростками. М.. 2005.
13. Выготский Л.С. Психология искусства. М.: Педагогика, 1987.

14. Горбунова О.С. Особенности самооценки подростков в межличностных конфликтах // Концепт №1. 2015 [Электронный ресурс] / URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-samootsenki-podrostkov-v-mezhlichnostnyh-konfliktah> (дата обращения 11.08.15)
15. Да Круш Сампайо Антеро. Роль самооценки в составе интеллектуального потенциала: Дис.канд.психолог. наук. СПб.: 1995.
16. Демидова А. Г. Особенности самооценки интеллекта подростка // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. № 2. 2011 С. 361-371
17. Дубровина И.В. Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной. СПб., 2004. 592 с.
18. Дюмон Н. Н. Экспериментально-психологические исследования коммуникативно-речевой инактивности у подростков: исследование самооценки // Известия Южного федерального университета. Технические науки. № 1. Т. 56. 2006 С. 203-206
19. Зайцева Н. В. Психолого-педагогические основы реализации арт-технологий в обучении детей // Грамота. № 4 (11); в 2-х ч. Ч. I. 2008. С. 71-73.
20. Карвасарский Б.Д., Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Карвасарского Б. Д. 2-е изд. СПб.: Питер, 2002.
21. Кон И.С. Открытие «Я». - М.: 1978.
22. Копытин А. Н. Системная арт-терапия. СПб.: Питер, 2001. 224 с.
23. Краснова О.В., Лидере А.Г. Социальная психология старения: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2002. 288 с.
24. Крыжановская Л.М. Артпсихология как направление психолого-педагогической реабилитации подростков. – М.: Пед. общ-во России, 2004.
25. Курбанова З.С. Психологические условия развития самооценки подростков: дис. ... канд. пед. наук 19.00.01. Сочи, 195 с.

26. Курбанова З.С. Проблема развития самооценки личности подростка под влиянием взаимоотношений со сверстниками // Известия Южного федерального университета. Технические науки № 13. Т. 68. 2006 С. 91-95
27. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. СПб.: Речь, 2003. - 256 с.
28. Лебедева Л. Д. Арт-терапия в педагогике // Л. Д. Лебедева, Педагогика, 2000. № 9. С. 27-34.
29. Липкина А.И. Самооценка школьника. М: 1976.
30. Лозовая Г.В. Методологические проблемы изучения самооценки личности //Ежегодник Российского психологического общества: Материалы 3-го Всероссийского съезда психологов 25-28 июня 2003 года: в 8 т. СПб., 2003. Т. 5. С. 172-176.
31. Лубовский Д.В. Применение опросника самоуважения М. Розенберга для исследования отношения подростков к себе // Психологическая диагностика 2006. № 1. С. 71-75.
32. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы: справочник практ. психолога. М.: ЭКСМО, 2004.
33. Медведева Е.А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании / Е.А. Медведева, Ю.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова. М.: Академия, 2001.
34. Мещеряков Б., Зинченко В. Большой психологический словарь. СПб., 2004. 672 с.
35. Молчанова О.Н. Самооценка: стабильность или изменчивость? // Психология. Журн. ВШЭ. 2006. № 2
36. Осипова А. А. Общая психокоррекция. – М.: ТЦ «Сфера», 2000
37. Пастухова М.В. Теоретические аспекты психологического изучения самооценки личности // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Т. 12, №5(2), 2010 С.460-462
38. Петровский А.В., Психология. Словарь / Под общ. ред. Петровского А.В., Ярошевского М.Г. -М.: 1990.

39. Прихожан А.М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста. М.: МГППУ, 2002.
40. Рахманкулова С.А. Самооценка подростка и стиль объяснения событий родителям // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. № 1. Т. 11. 2011. С. 84-88
41. Ремшмидт, Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности / Х.Ремшмидт, М.: Мир, 1994. - 189с.
42. Румянцева Т.В. Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре. СПб., 2006. С.82-103.
43. Самохвалова А.Г. Арт-терапия как метод преодоления коммуникативных трудностей подростков // Прикладная психология и психоанализ: электрон. науч. журн. 2014. № 2. [Электронный ресурс] / URL: <http://www.ppip.idnk.ru/index.php/vypusk-2-2014/9-2011-02-24-12-27-14/-3-2011/534-2011-09-28-06-11-46> (дата обращения 19.08.2015).
44. Сапогова Е.Е. Психология развития человека. – М., 2001.
45. Сатир В. Вы и ваша семья. Руководство по личностному росту. М., 2000.
46. Серкова А. М. Психолого-педагогическая коррекция самооценки старших подростков // Концепт №1. 2015
47. Филимонова А.В.Формирование опыта самооценки творческих достижений подростка в процессе конкурсно-выставочной деятельности // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. № 18. 2011. С. 68-72
48. Хазеева С. В., Минахметова А. З. Изучение самооценки подростков, воспитывающихся в приюте // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. № 3. 2010 С.49

Промежуточные данные по методике М. Куна «Кто Я?»
(констатирующий эксперимент)

I группа (экспериментальная)				
№	Обуч-ся	соотношения кол-ва оценок «+»и «-»	Результат соотношения	Самооценка
1.	Александр	85% к 11%	7.72	неадекватно завышенная
2.	Анатолий	49% к 48%	1.02	неустойчивая
3.	Андрей	49% к 50%	0.98	неустойчивая
4.	Валерия	12% к 75%	0.16	Неадекватно заниженная
5.	Василий	78% к 22%	3.54	адекватная
6.	Виктор	51% к 49%	1.04	неустойчивая
7.	Виктория	67% к 31%	2.16	адекватная
8.	Данил	70% к 20%	3.5	адекватная
9.	Лиза	68% к 28%	2.42	адекватная
10.	Миша	68% к 32%	2.125	адекватная
11.	Настя	50% к 50%	1	неустойчивая
12.	Натasha	67% к 28%	2.39	адекватная
13.	Никита	69% к 31%	2.23	адекватная
14.	Николай	70% к 30%	2.33	адекватная
15.	Оля	14% к 89%	0.16	Неадекватно заниженная
16.	Попова	11% к 80%	0.1375	Неадекватно заниженная
17.	Саша	50% к 50%	1	неустойчивая
18.	Степан	87% к 11%	7.91	неадекватно завышенная
19.	Таня	90% к 10%	9	неадекватно завышенная
20.	Ярослав	70% к 28%	2.5	адекватная
II группа (контрольная)				
1.	Александр	88% к 12%	7.3	неадекватно завышенная
2.	Анастасия	48% к 50%	0.96	неустойчивая
3.	Анастасия	9% к 65%	0.14	Неадекватно заниженная
4.	Анжелика	50% к 49%	1.02	неустойчивая
5.	Валентина	71% к 28%	2.5	адекватная
6.	Валентина	69% к 30%	2.3	адекватная
7.	Вероника	65% к 35%	1.85	адекватная
8.	Владимир	70% к 30%	2.33	адекватная
9.	Данил	47% к 48%	0.97	неустойчивая
10.	Дарья	50% к 49%	1.02	неустойчивая
11.	Иван	65% к 20%	3.25	адекватная
12.	Константин	51% к 48%	1.06	неустойчивая
13.	Любовь	68% к 31%	2.19	адекватная
14.	Надежда	50% к 48%	1.04	неустойчивая
15.	Наталья	69% к 29%	2.4	адекватная
16.	Олеся	90% к 7%	13	неадекватно завышенная
17.	Светлана	89% к 5%	17.8	неадекватно завышенная
18.	Станислав	22% к 70%	0.31	Неадекватно заниженная
19.	Татьяна	30% к 69%	0.4	Неадекватно заниженная
20.	Федор	69% к 28%	2.4	адекватная

I Группа													
Опросник самооотношения В.В.Столина, констатирующий эксперимент													
№	Обуч-ся	Категория самооотношения											
		Интегральная	Самоуважения	Аутосимпатия	Отношения от других	Саминтереса	Самоуверенности	Отношения других	Самоприятия	Самопоследовательность	Самообвинения	Саминтереса	Самопонимание
1.	Александр	55.33	34.00	58.00	9.00	49.67	3.77	15.00	34.33	38.33	27.67	54.67	83.67
2.	Анатолий	9.67	86.67	86.00	39.67	29.00	92.33	51.33	34.33	60.33	15.00	11.33	68.67
3.	Андрей	69.33	44.67	69.67	17.67	49.67	3.77	65.67	51.33	34.33	38.33	34.33	94.00
4.	Валерия	80.00	44.67	58.00	39.67	29.00	81.33	29.33	7.33	34.33	79.67	54.67	83.67
5.	Василий	88.00	34.00	69.67	39.67	49.67	81.33	51.33	16.67	25.67	15.00	20.00	83.67
6.	Виктор	74.33	58.67	58.00	27.33	16.00	29.33	15.00	16.67	38.33	60.67	54.67	94.00
7.	Виктория	93.33	80.00	77.33	27.33	49.67	92.33	32.00	50.67	60.33	43.33	80.00	83.67
8.	Данил	32.33	16.00	47.00	3.33	29.00	65.67	0.67	34.33	9.67	60.67	34.33	68.67
9.	Лиза	90.67	71.33	96.67	39.67	92.33	65.67	51.33	89.67	60.33	27.67	54.67	83.67
10.	Миша	69.33	58.67	28.00	6.00	49.67	65.67	32.00	7.67	25.67	60.67	20.00	94.00
11.	Настя	69.33	58.67	77.33	17.67	49.67	29.33	51.33	34.33	38.33	15.00	54.67	83.67
12.	Наташа	55.33	9.33	77.33	17.67	16.00	65.67	32.00	50.67	25.67	43.33	34.33	68.67
13.	Никита	69.33	34.00	77.33	27.33	16.00	65.67	15.00	50.67	38.33	27.67	54.67	43.33
14.	Николай	38.33	25.33	69.67	1.00	2.00	65.67	3.67	50.67	25.67	15.00	3.00	43.33
15.	Оля	62.67	58.67	47.00	39.67	49.67	7.33	80.00	34.33	25.67	43.33	54.67	94.00
16.	Попова	38.33	71.33	58.00	27.33	29.00	65.67	32.00	34.33	60.33	60.67	20.00	83.67
17.	Саша	55.33	71.33	58.00	9.00	16.00	16.67	15.00	70.67	60.33	43.33	20.00	83.67
18.	Степан	55.33	44.67	58.00	1.00	49.67	65.67	15.00	50.67	25.67	43.33	11.33	68.67
19.	Таня	38.33	58.67	77.33	9.00	16.00	29.33	3.67	89.67	60.33	27.67	34.33	68.67
20.	Ярослав	55.33	58.67	58.00	53.00	16.00	16.67	51.33	50.67	38.33	43.33	34.33	83.67

II Группа		Оросник самоотношения В.В.Столина											
№	Обуч-ся	Категория самоотношения											
		Интегральная	Самоуважения	Аутосимпатия	Отношения от других	Саминтереса	Самоуверенности	Отношения других	Самопринятия	Самопоследовательность	Самообвинения	Саминтереса	Самопонимание
1.	Александр	21.33	34.00	21.67	6.00	0.67	47.67	7.33	34.33	38.33	96.67	20.00	68.67
2.	Анастасия	55.33	71.33	37.33	6.00	16.00	81.33	3.67	50.67	38.33	96.67	11.33	83.67
3.	Анастасия	69.33	34.00	69.67	27.33	71.33	29.33	32.00	70.67	25.67	27.67	54.67	94.00
4.	Анжелика	69.33	58.67	58.00	17.67	29.00	81.33	7.33	50.67	60.33	43.33	34.33	83.67
5.	Валентина	69.33	34.00	28.00	53.00	49.67	65.67	80.00	34.33	25.67	81.67	34.33	83.67
6.	Валентина	90.67	80.00	77.33	39.67	92.33	100.0	51.33	70.67	79.67	43.33	54.67	94.00
7.	Вероника	62.67	58.67	77.33	6.00	49.67	47.67	3.67	70.67	79.67	27.67	34.33	94.00
8.	Владимир	85.00	58.67	69.67	27.33	29.00	65.67	80.00	16.67	38.33	27.67	34.33	83.67
9.	Данил	74.33	34.00	86.00	53.00	92.33	65.67	51.33	89.67	3.00	27.67	80.00	83.67
10.	Дарья	55.33	58.67	47.00	17.67	16.00	47.67	51.33	16.67	25.67	27.67	11.33	68.67
11.	Иван	88.00	71.33	47.00	17.67	49.67	65.67	15.00	16.67	60.33	43.33	20.00	94.00
12.	Константин	55.33	44.67	47.00	17.67	49.67	47.67	7.33	70.67	38.33	60.67	34.33	43.33
13.	Любовь	32.33	44.67	69.67	1.00	49.67	47.67	7.33	100.00	25.67	81.67	34.33	68.67
14.	Надежда	62.67	34.00	58.00	3.33	49.67	16.67	7.33	50.67	60.33	15.00	34.33	94.00
15.	Наталья	62.67	71.33	58.00	27.33	2.00	29.33	15.00	34.33	60.33	27.67	20.00	94.00
16.	Олеся	55.33	58.67	37.33	39.67	16.00	16.67	51.33	34.33	60.33	43.33	11.33	83.67
17.	Светлана	69.33	58.67	86.00	17.67	16.00	81.33	7.33	70.67	25.67	15.00	20.00	68.67
18.	Станислав	62.67	58.67	37.33	6.00	49.67	29.33	15.00	70.67	25.67	60.67	11.33	83.67
19.	Татьяна	69.33	71.33	47.00	9.00	71.33	65.67	32.00	89.67	25.67	43.33	20.00	94.00
20.	Федор	38.33	44.67	69.67	9.00	5.33	29.33	7.33	89.67	38.33	60.67	3.00	68.67

Промежуточные данные
по опроснику «Шкала самоуважения Розенберга»

№	I группа (экспериментальная)			II группа (контрольная)		
	Обуч-ся	балл ы	Тенденция уважения к себе	Обуч-ся	баллы	Тенденция уважения к себе
1.	Александр	0.9	самоунижение	Александр	1.1	уважение к себе
2.	Анатолий	0.7	самоунижение	Анастасия	0.9	самоунижение
3.	Андрей	1.2	уважение к себе	Анастасия	0.8	самоунижение
4.	Валерия	0.6	самоунижение	Анжелика	0.9	самоунижение
5.	Василий	1.3	уважение к себе	Валентина	1.2	уважение к себе
6.	Виктор	0.5	самоунижение	Валентина	1.1	уважение к себе
7.	Виктория	0.7	самоунижение	Вероника	0.7	самоунижение
8.	Данил	1.1	уважение к себе	Владимир	1.1	уважение к себе
9.	Лиза	1.3	уважение к себе	Данил	0.8	самоунижение
10.	Миша	0.8	самоунижение	Дарья	0.9	самоунижение
11.	Настя	0.9	самоунижение	Иван	1.2	уважение к себе
12.	Наташа	1.1	уважение к себе	Константин	1.3	уважение к себе
13.	Никита	1.2	уважение к себе	Любовь	1.1	уважение к себе
14.	Николай	0.8	самоунижение	Надежда	0.7	самоунижение
15.	Оля	0.9	самоунижение	Наталья	0.6	самоунижение
16.	Попова	0.6	самоунижение	Олеся	0.9	самоунижение
17.	Саша	1.2	уважение к себе	Светлана	1.1	уважение к себе
18.	Степан	1.3	уважение к себе	Станислав	0.7	самоунижение
19.	Таня	1	уважение к себе	Татьяна	0.9	самоунижение
20.	Ярослав	0.9	самоунижение	Федор	0.8	самоунижение

Промежуточные данные по методике М. Куна «Кто Я?»

(итоговый эксперимент)

I группа (экспериментальная)				
№	Обуч-ся	соотношения количества оценок «+»и «-»	Результат соотношения	Самооценка
1.	Александр	71% к 22%	3.2	адекватная
2.	Анатолий	76% к 24%	3.17	адекватная
3.	Андрей	63% к 20%	3.15	адекватная
4.	Валерия	75% к 21%	3.57	адекватная
5.	Василий	64% к 21%	3.04	адекватная
6.	Виктор	68% к 24%	2.8	адекватная
7.	Виктория	76% к 24%	3.2	адекватная
8.	Данил	72% к 22%	3.3	адекватная
9.	Лиза	69% к 5%	13.8	неадекватно завышенная
10.	Миша	76% к 22%	3.45	адекватная
11.	Настя	45% к 50%	0.9	неустойчивая
12.	Наташа	67% к 20%	3.35	адекватная
13.	Никита	70% к 21%	3.33	адекватная
14.	Николай	66% к 21%	3.1	адекватная
15.	Оля	64% к 22%	2.9	адекватная
16.	Попова	63% к 21%	3.35	адекватная
17.	Саша	40% к 41%	0.97	неустойчивая
18.	Степан	70% к 11%	6.3	неадекватно завышенная
19.	Таня	78% к 21%	3.71	адекватная
20.	Ярослав	76% к 21%	3.45	адекватная
II группа (контрольная)				
1.	Александр	84% к 12%	7	неадекватно завышенная
2.	Анастасия	12% к 69%	0.2	Неадекватно заниженная
3.	Анастасия	49% к 47%	1.04	неустойчивая
4.	Анжелика	50% к 45%	1.1	неустойчивая
5.	Валентина	60% к 28%	2.1	адекватная
6.	Валентина	74% к 29%	2.55	адекватная
7.	Вероника	60% к 30%	2	адекватная
8.	Владимир	72% к 29%	2.5	адекватная
9.	Данил	45% к 49%	0.9	неустойчивая
10.	Дарья	47% к 49%	0.9	неустойчивая
11.	Иван	64% к 26%	2.4	адекватная
12.	Константин	50% к 46%	1.08	неустойчивая
13.	Любовь	65% к 30%	2.2	адекватная
14.	Надежда	51% к 48%	1.1	неустойчивая
15.	Наталья	63% к 29%	2.2	адекватная
16.	Олеся	80% к 11%	7.27	неадекватно завышенная
17.	Светлана	88% к 10%	8.8	неадекватно завышенная
18.	Станислав	30% к 60%	0.5	Неадекватно заниженная
19.	Татьяна	34% к 70%	0.5	Неадекватно заниженная
20.	Федор	64% к 29%	2.2	адекватная

I Группа													
опросник самооотношения В.В.Столина													
№	Обуч-ся	Категория самооотношения											
		Интегральная	Самоуважения	Аутосимпатия	Отношения от других	Саминтереса	Самоуверенности	Отношения других	Самоприятия	Самопоследовательность	Самообвинения	Саминтереса	Самопонимание
1.	Александр	62.67	58.67	86.00	27.33	71.33	47.67	51.33	50.67	60.33	43.33	54.67	83.67
2.	Анатолий	55.33	96.67	98.33	53.00	71.33	92.33	51.33	50.67	60.33	27.67	34.33	94.00
3.	Андрей	99.67	58.67	96.67	39.67	71.33	47.67	80.00	70.67	79.67	27.67	34.33	94.00
4.	Валерия	85.00	71.33	69.67	72.33	49.67	92.33	29.33	34.33	38.33	43.33	54.67	83.67
5.	Василий	90.67	71.33	77.33	72.33	71.33	92.33	80.00	34.33	60.33	43.33	80.00	83.67
6.	Виктор	99.67	71.33	77.33	72.33	49.67	65.67	80.00	34.33	79.67	43.33	54.67	94.00
7.	Виктория	96.67	96.67	86.00	72.33	71.33	92.33	51.33	70.67	79.67	43.33	80.00	83.67
8.	Данил	49.00	44.67	58.00	53.00	71.33	81.33	32.00	89.67	38.33	15.00	54.67	68.67
9.	Лиза	96.67	86.67	77.33	72.33	92.33	81.33	51.33	89.67	79.67	43.33	80.00	83.67
10.	Миша	93.33	71.33	58.00	53.00	71.33	81.33	80.00	34.33	60.33	43.33	34.33	94.00
11.	Настя	93.33	80.00	86.00	39.67	71.33	65.67	51.33	50.67	60.33	43.33	80.00	94.00
12.	Натasha	62.67	58.67	86.00	53.00	49.67	81.33	51.33	89.67	25.67	43.33	80.00	94.00
13.	Никита	74.33	58.67	98.33	53.00	49.67	81.33	15.00	70.67	60.33	15.00	80.00	83.67
14.	Николай	55.33	58.67	98.33	39.67	49.67	81.33	32.00	50.67	60.33	43.33	34.33	83.67
15.	Оля	74.33	80.00	58.00	53.00	71.33	47.67	80.00	50.67	60.33	43.33	54.67	94.00
16.	Попова	55.33	86.67	69.67	53.00	49.67	81.33	32.00	50.67	79.67	27.67	54.67	94.00
17.	Саша	96.67	86.67	77.33	53.00	49.67	29.33	32.00	89.67	60.33	43.33	54.67	83.67
18.	Степан	85.00	80.00	69.67	39.67	71.33	65.67	32.00	70.67	38.33	27.67	34.33	94.00
19.	Таня	96.67	71.33	96.67	39.67	49.67	65.67	32.00	89.67	79.67	43.33	34.33	83.67
20.	Ярослав	62.67	71.33	77.33	53.00	49.67	16.67	80.00	70.67	38.33	43.33	54.67	83.67

II Группа													
опросник самооотношения В.В.Столина													
№	Обуч-ся	Категория самооотношения											
		Интегральная	Самоуважения	Аутосимпатия	Отношения от других	Саминтереса	Самоуверенности	Отношения других	Самопринятия	Самопоследовательность	Самообвинения	Саминтереса	Самопонимание
1.	Александр	55.33	34.00	21.67	17.67	0.67	47.67	32.00	34.33	60.33	96.67	20.00	68.67
2.	Анастасия	55.33	71.33	47.00	9.00	16.00	81.33	7.33	50.67	38.33	96.67	11.33	43.33
3.	Анастасия	69.33	34.00	69.67	27.33	71.33	29.33	32.00	70.67	25.67	27.67	54.67	94.00
4.	Анжелика	69.33	58.67	58.00	17.67	29.00	81.33	7.33	50.67	60.33	43.33	34.33	83.67
5.	Валентина	69.33	34.00	28.00	53.00	49.67	65.67	80.00	34.33	25.67	81.67	34.33	83.67
6.	Валентина	90.67	80.00	77.33	39.67	92.33	81.33	51.33	50.67	60.33	43.33	54.67	94.00
7.	Вероника	62.67	58.67	77.33	6.00	49.67	65.67	3.67	70.67	79.67	27.67	34.33	94.00
8.	Владимир	85.00	58.67	69.67	27.33	29.00	65.67	80.00	34.33	38.33	43.33	54.67	68.67
9.	Данил	74.33	58.67	86.00	53.00	92.33	65.67	51.33	89.67	3.00	27.67	80.00	83.67
10.	Дарья	55.33	58.67	47.00	17.67	16.00	47.67	51.33	16.67	25.67	43.33	11.33	68.67
11.	Иван	88.00	71.33	47.00	17.67	29.00	47.67	15.00	16.67	60.33	43.33	20.00	94.00
12.	Константин	55.33	44.67	47.00	17.67	49.67	47.67	7.33	70.67	38.33	60.67	34.33	43.33
13.	Любовь	55.33	44.67	69.67	1.00	49.67	47.67	32.00	100.00	25.67	81.67	34.33	68.67
14.	Надежда	62.67	34.00	58.00	3.33	49.67	16.67	7.33	50.67	60.33	15.00	34.33	94.00
15.	Наталья	62.67	71.33	58.00	27.33	5.33	29.33	15.00	70.67	60.33	27.67	20.00	94.00
16.	Олеся	55.33	58.67	37.33	39.67	16.00	16.67	51.33	34.33	60.33	43.33	11.33	83.67
17.	Светлана	85.00	71.33	86.00	27.33	49.67	81.33	15.00	50.67	38.33	27.67	34.33	94.00
18.	Станислав	62.67	58.67	69.67	9.00	29.00	65.67	15.00	70.67	25.67	60.67	20.00	83.67
19.	Татьяна	69.33	71.33	47.00	9.00	71.33	65.67	32.00	89.67	25.67	43.33	20.00	83.67
20.	Федор	38.33	58.67	69.67	9.00	5.33	29.33	7.33	89.67	38.33	60.67	11.33	68.67

Промежуточные данные
по опроснику «Шкала самоуважения Розенберга»
(итоговое исследование)

№	I группа (экспериментальная)			II группа (контрольная)		
	Обуч-ся	балл	Тенденция	Обуч-ся	баллы	Тенденция
		ы	уважения к себе			уважения к себе
1.	Александр	1.6	Уважение к себе	Александр	0.9	самоунижение
2.	Анатолий	1.3	Уважение к себе	Анастасия	0.8	самоунижение
3.	Андрей	1.3	Уважение к себе	Анастасия	1.3	уважение к себе
4.	Валерия	1.6	Уважение к себе	Анжелика	1.2	уважение к себе
5.	Василий	1	Уважение к себе	Валентина	0.6	самоунижение
6.	Виктор	1.1	Уважение к себе	Валентина	1.1	уважение к себе
7.	Виктория	1.3	Уважение к себе	Вероника	0.7	самоунижение
8.	Данил	1.2	Уважение к себе	Владимир	0.8	самоунижение
9.	Лиза	1	Уважение к себе	Данил	1	уважение к себе
10.	Миша	1.3	Уважение к себе	Дарья	1.2	уважение к себе
11.	Настя	1.3	Уважение к себе	Иван	0.7	самоунижение
12.	Наташа	1.3	Уважение к себе	Константин	0.8	самоунижение
13.	Никита	1.1	Уважение к себе	Любовь	1.3	уважение к себе
14.	Николай	1.2	Уважение к себе	Надежда	1.1	уважение к себе
15.	Оля	1.5	Уважение к себе	Наталья	0.9	самоунижение
16.	Попова	1.3	Уважение к себе	Олеся	1.1	уважение к себе
17.	Саша	1	Уважение к себе	Светлана	1	уважение к себе
18.	Степан	1.1	Уважение к себе	Станислав	0.8	самоунижение
19.	Таня	1.2	Уважение к себе	Татьяна	0.7	самоунижение
20.	Ярослав	1.2	Уважение к себе	Федор	1.1	уважение к себе