

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Красноярский государственный педагогический университет им. В.П.  
Астафьева»  
(КГПУ им. В. П. Астафьева)  
Институт социально-гуманитарных технологий  
Кафедра специальной психологии

**Вставская Мария Андреевна**

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ САМООЦЕНКИ  
ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Направление подготовки 37.04.01 Психология  
Направленность (профиль) образовательной программы  
Психологическое консультирование и психотерапия

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:

Заведующий кафедрой

доктор психол. наук, доцент Е.А. Черенева  
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

06.12.2024 Е.А. Черенева  
(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы

канд. психол. наук, доцент Н.Ю. Верхотурова  
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

06.12.2024 Н.Ю. Верхотурова  
(дата, подпись)

Научный руководитель

канд. психол. наук, доцент Н.Г. Иванова  
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

06.12.2024 Н.Г. Иванова  
(дата, подпись)

Обучающийся М.А. Вставская  
(фамилия, инициалы)

06.12.2024 М.А. Вставская  
(дата, подпись)

Красноярск, 2024

## РЕФЕРАТ

**Структура магистерской диссертации:** выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы в количестве 143 источников, приложений (4 приложения). Общий объем работы составляет 116 страниц.

**Цель исследования:** разработать, апробировать и опытно-экспериментальным путем доказать эффективность психологической программы, направленной на развитие самооценки детей старшего дошкольного возраста.

### **Задачи:**

1. На основании анализа общей и специальной психолого-педагогической литературы определить современное состояние проблемы исследования.

2. Подобрать методики диагностики и выявить особенности самооценки детей старшего дошкольного возраста.

3. Разработать и апробировать психологическую программу развития самооценки детей старшего дошкольного возраста, проверить её эффективность.

**Объект исследования:** самооценка детей старшего дошкольного возраста.

**Предмет исследования:** психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста.

**Гипотеза исследования.** Полагаем, что формирование адекватной самооценки детей старшего дошкольного возраста будет наиболее эффективно проходить при реализации нами специально разработанной психологической программы.

**Методы исследования.** Для реализации целей и поставленных задач были использованы следующие методы исследования:

– теоретические (анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования);

– эмпирические методы (изучение психолого–педагогической документации на каждого ребенка, принимавшего участие в исследовании; эксперимент; опрос);

– методы количественной, качественной обработки данных и интерпретационные методы.

В психологическом исследовании применялись следующие **методики**:

1. методика «Лесенка» (В.Г. Щур);
2. методика «Какой я?» (Р.С. Немов);
3. методика «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан).

**Теоретической основой явились:**

Представление о субъективном характере психики, принцип развития психики в поведении и деятельности, получившие разработку и подтверждение в работах ряда отечественных и зарубежных психологов: К.Роджерса, Г.Лэндрета, М.Е.Бурно, Л.С.Выготского, А.Н.Леонтьева, Д.Б.Элькониной, А.М.Свядоща, Б.Д.Карвасарского, О.А.Карabanовой, А.И.Захарова, А.С.Спиваковской, Т.Д.Зинкевич–Евстигнеевой, А.Л.Гройсмана, Т.И.Комиссаренко.

Исследования по формированию самооценки у детей старшего дошкольного возраста (Б.Г. Ананьева, Л.С. Выготского, И.С. Кона, Г.С. Костюка, М.И. Лисиной, С.Л. Рубинштейна, А.Г. Спиркина, В.В. Столина, П.Р. Чамата, К.К. Чесноковой).

Теория системного подхода в решении коррекционных задач (О.Л. Алеева, В.И. Бельтюкова, Л.С. Выготского, В.В. Коркунова, Р.Е. Левиной).

**Новизна исследования:** заключается в разработке психологической программы по развитию самооценки детей старшего дошкольного возраста.

**Теоретическая значимость исследования:** проведенное нами исследование способствует расширению и углублению представлений о самооценке, её видах и проявлениях у детей дошкольного возраста; разработка психологической программы развития самооценки с использованием сказкотерапии способствует расширению представлений о

применении данного метода при развитии самооценки детей старшего дошкольного возраста.

**Практическая значимость исследования:** разработанная нами психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста может быть полезна педагогам и психологам при организации развивающих занятий с детьми; занятий, направленных на формирование адекватной самооценки дошкольников. Полученные результаты исследования свидетельствуют об эффективности использования сказкотерапии при развитии самооценки детей старшего дошкольного возраста.

**База исследования:** Эмпирическое исследование проводилось на базе муниципального автономного дошкольного общеобразовательного учреждения «Детский сад № 59» г. Красноярска (МАДОУ «Детский сад № 59»). В исследовании приняли участия 30 воспитанников в возрасте 6–7 лет.

**Этапы проведения исследования.** Исследование проводилось в период с сентября 2022 по декабрь 2024 год и включало в себя следующие этапы:

*Подготовительный этап* (сентябрь 2022 г. – май 2023 г.). На данном этапе осуществлялся подбор, изучение и анализ психолого–педагогической и специальной литературы по проблеме исследования. Определялось современное состояние изучения проблемы, теоретические и методологические основы работы.

*Констатирующий этап* (сентябрь 2023 г. – ноябрь 2023 г.). Данный этап включал в себя подбор методик диагностики самооценки детей старшего дошкольного возраста, проведение диагностического обследования, а также количественный и качественный анализ полученных результатов исследования особенностей самооценки детей старшего дошкольного возраста.

*Формирующий этап* (декабрь 2023 г. – март 2024 г.). Выделение

контрольной и экспериментальной группы детей. Разработка и апробация психологической программы развития самооценки детей старшего дошкольного возраста.

*Контрольный этап* (апрель 2024 г. – май 2024 г.). Реализация контрольного этапа эксперимента, анализ полученных результатов исследования.

*Заключительный этап* (сентябрь 2024 г. – ноябрь 2024 г.). Описание выводов и заключения. Оформление текста выпускной квалификационной работы.

**Сведения об апробации результатов исследования:** по материалам данной магистерской диссертации опубликованы 2 научных статьи:

1. Вставская М.А. К вопросу о развитии самооценки в дошкольном возрасте//Международная студенческая научно– практическая конференция «Актуальные проблемы психолого–педагогических исследований» / Нижнетагильский государственный социально– педагогический институт. – г. Нижний Тагил, 2024 г. – с. 100 – 104.

2. Вставская М.А. Особенности развития самооценки детей старшего дошкольного возраста // Педагогика и психология развития личностного потенциала: современные практики. Материалы XXV Международного научно–практического форума студентов, аспирантов и молодых учёных / Красноярский государственный педагогический университет им. В.М. Астафьева. – Красноярск, 2024 г. – С. 145 – 148.

## ABSTRACT

**The structure of the master's thesis:** the final qualifying work consists of an introduction, three chapters, signatures, a list of references in the amount of 143 sources, appendices (4 appendices). The total amount of work is 116 pages.

**The purpose of the study:** to develop, test and technically experimentally prove the effectiveness of a psychological program aimed at developing self-esteem in older preschool children.

### **Tasks:**

1. Based on the analysis of general and special psychological and pedagogical literature, determine the current state of research problems.
2. To select diagnostic methods and identify the features of self-assessment in older preschool children.
3. To develop and test a psychological program for correcting the self-esteem of an older preschool child, to check its effectiveness.

**Object of Research:** self-esteem of older preschool children.

**Subject of Research:** a psychological program for the development of self-esteem in older preschool children.

**Research Hypothesis.** We believe that the formation of an adequate self-assessment of an older preschool child will be more effective when we implement a specially developed psychological program.

### **Research Methods Used.**

The following research methods were used to implement the whole and set tasks: theoretical (analysis of psychological and pedagogical literature on the problem of studying); empirical methods (study of psychological and pedagogical documentation for each child who participated in the study; experiment; survey); methods of volumetric, high-quality data processing and interpretative methods.

The following methods were used in psychological **research:**

1. The «Ladder» technique (V.G. Shchur);
2. The technique of «What am I?» (R.S. Nemov);
3. The «Draw yourself» technique (A.M. Parishioner).

**The theoretical basis.** The idea of the subjective nature of the psyche, the principle of the development of the psyche in behavior and activity, which have been developed and supported in the work of a number of domestic and foreign psychologists: K.Rogers, G.Landret, M.E.Burno, L.S.Vygotsky, A.N.D. Leontiev.B.Elkonin, A.M.Svyadosch, B.D.Karvasarsky.A.Karabanova, A.I.Zakharova, A.S.Spivakovskaya, T.D.Zinkevich-Evstigneeva, A.L.Groisman.I.Komissarenko.

Research on the formation of self-esteem in older preschool children (B.G. Ananyeva, L.S. Vygotsky, S. Kona, G.S. Kostyumchik, I. Lisina, S.L. Rubinstein, G. Spirkin, V.V. Stolina, P.R. Chamata.K. Chesnokova).

The theory of a systematic approach to solving correctional problems (O.L. Alekeeva, V.I. Beltyukova, L.S. Vygotsky, V.V. Korkunov, R.E. Levina).

**Novelty of the Research:** it is being closed in the development of a program for the development of self-esteem of older preschool children

**Theoretical Significance of the Research:** our research is able to expand and reduce the idea of self-esteem, its visions and manifestations in preschool children; the development of a psychological program for the development of self-esteem using fairy tale therapy is able to expand the idea of the use of this method in correcting self-esteem in older preschool children.

**The practical significance of the Research:** the psychological program developed by us for the development of self-esteem of older preschool children can be useful for teachers and psychologists in organizing developmental activities with children; classes aimed at forming an adequate self-esteem of preschoolers. The results obtained indicate the effectiveness of fairy tale therapy in the development of self-esteem in older preschool children.

**Research Base.** An empirical study was conducted on the basis of the municipal autonomous preschool educational institution "Kindergarten No. 59" in Krasnoyarsk (MADOU "Kindergarten No. 59"). The study involved 30 observers over a period of 6-7 years.

**Stages of the research.** The study was conducted between September 2022 and December 2024 and included the following stages:

The preparatory stage (September 2022) – May 2023). At this stage, the selection, study and analysis of psychological, pedagogical and special literature on the problem of studying was developed. The current state of problem solving, theoretical and methodological foundations of the work were determined.

The ascertaining stage (September 2023) – November 2023). This stage included the selection of methods for diagnosing the self-assessment of older preschool children, conducting a diagnostic examination, as well as a complete and qualitative analysis of the results of the study of the special self-assessment of older preschool children.

The formative stage (December 2023) – March 2024). The selection of a control and experimental group of children, the development and testing of a psychological program for the development of self-esteem in older preschool children.

Control stage (April 2024) – May 2024). Implementation of the control stage of the experiment, analysis of the obtained research results.

The final stage (September 2024) – November 2024). Description of conclusions and signatures. The design of the text of the final qualifying work

**Information about the approbation of research results:** 2 scientific articles have been published based on the materials of this master's thesis:

1. Vstavskaya M.A. On the issue of the development of self-esteem in the preschool period//International student scientific and practical conference "Actual problems of psychological and pedagogical research"/Nizhny Tagil State Socio–Pedagogical Institute – Nizhny Tagil, 2024 – pp. 100-104.

2. Vstavskaya M.A. Features of the development of self-esteem in older preschool children//Pedagogy and psychology of personal potential development: modern practices. Materials of the XXV International Scientific and Practical Forum of Students, postgraduates and young scientists/

Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.M. Astafiev. -  
Krasnoyarsk, 2024 – pp. 145 – 148.

## Содержание

ГЛАВА 1. АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ .....	10
1.1 Проблема изучения самооценки в психологии .....	10
1.2 Особенности самооценки детей старшего дошкольного возраста.....	24
1.3 Современное состояние изучения сказкотерапии как метода развития самооценки детей старшего дошкольного возраста .....	32
Выводы по первой главе .....	39
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	41
2.1. Организация, методы и методики исследования .....	41
2.2. Анализ результатов констатирующего этапа эксперимента.....	44
Выводы по второй главе .....	52
ГЛАВА 3. РЕАЛИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	53
3.1 Научно – методологические подходы к развитию самооценки детей старшего дошкольного возраста.....	53
3.2. Содержание психологической программы развития самооценки детей старшего дошкольного возраста.....	57
3.3. Контрольный эксперимент и его анализ .....	67
Выводы по третьей главе .....	81
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	83
БИБЛИОГРАФИЯ .....	86
ПРИЛОЖЕНИЕ .....	102
Приложение 1. ....	102
Приложение 2. ....	103
Приложение 3. ....	104
Приложение 4. ....	110

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** На сегодняшний день проблема самооценки является одной из актуальных проблем, касающихся изучения особенностей личностной сферы человека.

Ведущая роль изучения проблемы самосознания отводится самооценке. В работах отечественных психологов (Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, И.С. Кона, С.Л. Рубинштейна, И.И. Чесноковой) самооценка рассматривается как центральный, объединяющий феномен самопознания, несущий функции оценки и формирования эмоционально– ценностного отношения личности к себе [89]. Самооценка – это обобщённые результаты познания самого себя и отношения к самому себе [39]. Это субъективная оценка индивидом самого себя, своих способностей, качеств, чувств и эмоций.

Экспериментальные исследования в данной области показывают, что человеческое поведение тесным образом связано с самооценкой и зависит от её общего уровня. Уровень самооценки соотносится с качеством жизни человека, его физическим и психическим благополучием [137].

Различные отечественные и зарубежные экспериментальные исследования, направленные на изучение самооценки, подтверждают, что уровень самооценки является значимым для человека. Все жизненные трудности и проблемы в той или иной степени обусловлены «плохой» самооценкой [99]. Конечно, в этом случае исключаются биологические и физиологические проблемы.

В результате в определённый момент времени в развитых странах преобладала точка зрения, что причиной бед и неудач, происходящих в обществе, а также различные негативные тенденции является низкая самооценка личности [75].

Наоборот, «хорошая» или положительная самооценка и самоуважение важны, так как благодаря им человек становится способным реализовать свои потребности в самоактуализации, и в итоге, достичь ощущения

целостности и значимости своей жизни. А.К. Болотова в своих исследованиях показывает сферы влияния самооценки. Так, самооценка человека влияет на его эмоциональное состояние, на степень удовлетворённости своей работой, учёбой, на отношения с окружающими [16].

Изучению самооценки в дошкольном возрасте посвящены исследования Л.И. Божович, Р. Бернса, О.А. Белоборыкиной, А.К. Болотовой, М.И. Лисиной, А.И. Сильвестру, Е.Е. Кравцовой, Т.А. Репиной, Г.А. Урунтаевой и других.

Самооценка старшего дошкольника разделяется на несколько типов, она может быть заниженной, адекватной и завышенной. Переход самооценки из одного состояния в другое является естественным процессом в условиях начального этапа формирования самооценки [84].

Если завышенная самооценка старшего дошкольника относится к возрастной норме, и зачастую скорее положительно, нежели отрицательно влияет на организацию деятельности ребёнка, то заниженные самооценки оказывают отрицательное воздействие на дошкольника. Так, старший дошкольник с заниженной самооценкой может быть самокритичен, малообщителен, не уверен в своих силах и слишком чувствителен к критике со стороны сверстников и взрослых. В дальнейшем это может привести к проблемам с адаптацией к школе и к коллективу класса.

Именно поэтому формирование и поддержание позитивной самооценки становится одной из задач, прописанных в ФОП ДОО и относящихся к области социально– коммуникативного развития ребёнка [92].

В связи с этим, педагогам и коррекционным специалистам дошкольных образовательных учреждений необходимо своевременно выявлять детей, имеющих заниженные самооценки, реализовывать коррекционно– развивающие программы для успешного формирования позитивного самоотношения у таких детей.

Как один из эффективных методов работы с детьми, постепенно приобретает своё значение сказкотерапия.

Для развития данного метода огромное значение имели работы Д.Б. Эльконина, Л.С. Выготского, исследования Б. Беттельхейма, К.Г. Юнга, идеи Э.Фромма, Э. Берна. В настоящее время всё больше специалистов образовательных учреждений (психологи, логопеды, дефектологи, педагоги) обращаются к сказкотерапии в целях коррекции и развития особенностей личностной и эмоционально– волевой сферы детей. Исходя из этого, стали появляться сказкотерапевтические программы Т.Д. Зинкевич– Евстигнеевой, Н. Сакович, А. Лисиной и др.

По мнению А.В. Гнездилова, Т.Д. Зинкевич– Евстигнеевой, В.И. Пономарёвой, сказка способна помочь ребёнку справиться со стрессовыми нагрузками [96]. Сказкотерапия эффективна в работе с дошкольниками, оказывает положительное влияние на их внутренний мир.

Некоторые современные исследователи полагают, что сказкотерапия эффективна в работе с самооценкой, так как метафора, заключённая в сказке, является эффективным способом развития и улучшения взаимоотношений ребёнка со сверстниками, и его отношения к себе, как к индивидуальности [45].

В сказках можно встретить большое количество человеческих проблем и способов их разрешения [73].

В настоящее время педагогам важно делать акцент на работе с самооценкой детей дошкольного возраста, чтобы предотвратить появление различных трудностей у дошкольников в дальнейшем. При этом использование новых методов в работе сделает занятия педагогов более разнообразными и увлекательными для детей.

Именно изучению сказкотерапии и её применение в работе с детьми старшего дошкольного возраста путём реализации коррекционно– развивающей программы и будет посвящена данная работа.

**Проблема исследования.** Несмотря на актуальность и практическую значимость данной темы, вопрос развития самооценки детей старшего дошкольного возраста остается малоизученным. Самооценка как один из компонентов самосознания оказывает большое влияние на развитие личности ребёнка, в связи с чем, формирование адекватной самооценки выступает важным и приоритетным направлением исследования.

**Цель исследования:** разработать, апробировать и опытно-экспериментальным путем доказать эффективность психологической программы, направленной на развитие самооценки детей старшего дошкольного возраста.

**Объект исследования:** самооценка детей старшего дошкольного возраста.

**Предмет исследования:** психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста.

**Гипотеза исследования.** Полагаем, что формирование адекватной самооценки детей старшего дошкольного возраста будет наиболее эффективно проходить при реализации нами специально разработанной психологической программы.

В соответствии с поставленной целью предстояло решить следующие **задачи исследования:**

1. На основании анализа общей и специальной психолого-педагогической литературы определить современное состояние проблемы исследования.
2. Подобрать методики диагностики и выявить особенности самооценки детей старшего дошкольного возраста.
3. Разработать и апробировать психологическую программу развития самооценки детей старшего дошкольного возраста, проверить её эффективность.

**Теоретико-методологической основой исследования являются**

**положения:** Представление о субъективном характере психики, принцип развития психики в поведении и деятельности, получившие разработку и подтверждение в работах ряда отечественных и зарубежных психологов: К.Роджерса, Г.Лэндрета, М.Е.Бурно, Л.С.Выготского, А.Н.Леонтьева, Д.Б.Элькониной, А.М.Свядоша, Б.Д.Карвасарского, О.А.Карabanовой, А.И.Захарова, А.С.Спиваковской, Т.Д.Зинкевич–Евстигнеевой, А.Л.Гройсмана, Т.И.Комиссаренко.

Исследования по формированию самооценки у детей старшего дошкольного возраста (Б.Г. Ананьева, Л.С. Выготского, И.С. Кона, Г.С. Костюка, М.И. Лисиной, С.Л. Рубинштейна, А.Г. Спиркина, В.В. Столина, П.Р. Чамата, К.К. Чесноковой).

Теория системного подхода в решении коррекционных задач (О.Л. Алекеева, В.И. Бельтюкова, Л.С. Выготского, В.В. Коркунова, Р.Е. Левиной).

**Методы исследования.** Для реализации целей и поставленных задач были использованы следующие методы исследования:

- теоретические (анализ психолого–педагогической литературы по проблеме исследования);
- эмпирические методы (изучение психолого–педагогической документации на каждого ребенка, принимавшего участие в исследовании; эксперимент; опрос);
- методы количественной, качественной обработки данных и интерпретационные методы.

В психологическое исследование нами были включены следующие психодиагностические **методики:** методика «Лесенка» (В.Г. Щур), методика «Какой я?» (Р.С. Немов), методика «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан).

**Организация исследования.** Эмпирическое исследование проводилось на базе муниципального автономного дошкольного общеобразовательного учреждения «Детский сад № 59» г. Красноярска (МАДОУ «Детский сад № 59»). В исследовании приняли участия 30

воспитанников в возрасте 6–7 лет.

**Этапы проведения исследования.** Исследование проводилось в период с сентября 2022 по декабрь 2024 год и включало в себя следующие этапы:

*Подготовительный этап* (сентябрь 2022 г. – май 2023 г.). На данном этапе осуществлялся подбор, изучение и анализ психолого–педагогической и специальной литературы по проблеме исследования. Определялось современное состояние изучения проблемы, теоретические и методологические основы работы.

*Констатирующий этап* (сентябрь 2023 г. – ноябрь 2023 г.). Данный этап включал в себя подбор методик диагностики самооценки детей старшего дошкольного возраста, проведение диагностического обследования, а также количественный и качественный анализ полученных результатов исследования особенностей самооценки детей старшего дошкольного возраста.

*Формирующий этап* (декабрь 2023 г. – март 2024 г.). Выделение контрольной и экспериментальной группы детей. Разработка и апробация психологической программы развития самооценки детей старшего дошкольного возраста.

*Контрольный этап* (апрель 2024 г. – май 2024 г.). Реализация контрольного этапа эксперимента, анализ полученных результатов исследования.

*Заключительный этап* (сентябрь 2024 г. – ноябрь 2024 г.). Описание выводов и заключения. Оформление текста выпускной квалификационной работы.

**Теоретическая значимость исследования:** проведённое нами исследование способствует расширению и углублению представлений о самооценке, её видах и проявлениях у детей дошкольного возраста; разработка психологической программы развития самооценки с

использованием сказкотерапии способствует расширению представлений о применении данного метода при коррекции самооценки детей старшего дошкольного возраста.

**Практическая значимость:** разработанная нами психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста может быть полезна педагогам и психологам при организации развивающих занятий с детьми; занятий, направленных на формирование адекватной самооценки дошкольников. Полученные результаты исследования свидетельствуют об эффективности использования сказкотерапии при развитии самооценки детей старшего дошкольного возраста.

**Сведения об апробации результатов исследования:** по материалам данной магистерской диссертации опубликованы 2 научных статьи:

1. Вставская М.А. К вопросу о развитии самооценки в дошкольном возрасте//Международная студенческая научно– практическая конференция «Актуальные проблемы психолого–педагогических исследований» / Нижнетагильский государственный социально– педагогический институт. – г. Нижний Тагил, 2024 г. – с. 100 – 104.

2. Вставская М.А. Особенности развития самооценки детей старшего дошкольного возраста//Педагогика и психология развития личностного потенциала: современные практики. Материалы XXV Международного научно–практического форума студентов, аспирантов и молодых учёных / Красноярский государственный педагогический университет им. В.М. Астафьева. – Красноярск, 2024 г. – С. 145 – 148.

**Структура работы:** выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы в количестве 143 источников, приложений (4 приложения). Общий объем работы составляет 116 страниц.

## ГЛАВА 1. АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ ПО ПРОБЛЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

### 1.1 Проблема изучения самооценки в психологии

В течение XX века многие как зарубежные, так и отечественные психологи обращались к исследованию самооценки. Среди них можно выделить следующих авторов: Л.И. Божович, В.С. Мухина, Б.Г. Мещерякова, Б.В. Зейгарник, А.Н. Леонтьев, М.И. Лисина, В.П. Зинченко, С.Л. Рубинштейн, А. Адлер, К. Роджерс, З. Фрейд, У. Джемс, М. Розенберг и др.

В настоящее время существует большое количество определений понятия «самооценка». Б.Г. Ананьев относит самооценку к компонентам самосознания, и трактует её как сложный процесс опосредованного познания самого себя. По мнению Ананьева, самооценку можно понимать как отражение оценки других лиц, которые принимают участие в развитии личности [7].

А.Н. Леонтьев под самооценкой понимает стойкое эмоциональное отношение с ярко выраженным предметным характером. Самооценка, по Леонтьеву, это результат специфического обобщения эмоций [99].

И.И. Чеснокова так же, как и А.Н. Леонтьев, самооценку трактует через связь когнитивного и эмоционального компонентов сознания. Под самооценкой Чеснокова понимает совокупность результатов познания самого себя и эмоционального отношения к себе. Автор выделяет общую самооценку, которая отражает понимание личностью её сущности и состоит из отдельных самооценок [34].

С.Л. Рубинштейн утверждает, что оценка себя является отображением ключевых характеристик личности и в сочетании с рядом других факторов демонстрирует её активность и направленность [15].

Д.Б. Эльконин отмечал, что если рассматривать самооценку во временном плане, её можно назвать сложным рационально– эмоциональным

образованием. Самооценка не является статичным образованием. Она динамична, и отражает процесс развития и совершенствования личности. Содержанием самооценки выступают не только определённые факты достижений личности, или её прошлый опыт, но и анализ настоящих условий функционирования, её бытия, её возможностей и способностей, а также представления о том, какой личностью хотела бы стать. «Самооценка играет важную роль в социальном и нравственном формировании личности» [129].

При изучении современных исследований, касающихся анализа самооценки, можно выделить О.А. Белобрыкину. Общую самооценку автор считает базовым ядром личности. Общая самооценка представляет собой совокупность знаний о себе и частных самооценок. Частые самооценки возникают в процессе осуществления человеком различных видов деятельности [14].

Р. Азимова определяет самооценку как динамичную систему, которая влияет на определение положительной или отрицательной структуры намерений и поступков личности [3].

А. Липкина трактовала самооценку как определённое отношение человека к самому себе, к своим возможностям и способностям [62].

А.Т. Фатуллаева считает, что самооценка – это совокупность всех представлений человека о самом себе [81]. Самооценка включает в себя несколько составляющих: образ «Я» (когнитивная), самоотношение (эмоционально– оценочная), поведенческая (производная первой и второй).

Зарубежные психологи Бернс и Куперсмит рассматривают самооценку как эмоциональную составляющую концепции Я, связанную с отношением человека к самому себе или к определённым своим качествам [17]. Иными словами, самооценка отражает, в какой степени личность себя уважает, чувство собственной значимости и позитивное восприятие всех элементов своей идентичности. Р. Бенс отмечает, что индивид склонен оценивать себя так, как, по его мнению, его оценивают окружающие [119].

У. Джемс под самооценкой понимает совокупность результатов анализа человеком своего положения в социуме, своего успеха или неуспеха в жизнедеятельности. У. Джемс выделял две разновидности самооценки: самодовольство и недовольство собой [98].

В.П. Зинченко и Б.Г. Мещеряков под самооценкой понимали некую ценность, которой индивид наделяет самого себя и отдельные стороны своей личности и деятельности. Самооценка – это устойчивый центральный компонент Я-концепции, составляющая самосознания. Самооценка основана на совокупности личностных смыслов индивида, принятой им системе ценностей. В основе самооценки лежит система личностных смыслов индивида, принятая им система ценностей [19].

К. Мрук делает акцент на том, что в современном обществе часто используется понятие «самооценка», однако немногие способны дать точное определение данному термину – сколько существует исследователей, столько существует и различных дефиниций самооценки [138].

Рассмотрим взгляды на природу самооценки с позиций различных психологических направлений.

Одним из ярких представителей психоаналитического представления является З. Фрейд. В рамках своей теории Фрейд выделил три составляющие психики человека: «Оно» (или «Ид»), «Я» (или «Эго») и «Сверх-я» (или «Супер-эго») [123].

Согласно Фрейду, «Я» представляет собой функциональную и структурную часть психики, которая включает познавательные процессы, волю и цели индивида. Этот элемент психики функционирует на основании принципа реальности, следует логическим выводам, нормам общества и физическим законам. «Я» также рассматривается как система, которая, принимая во внимание требования внешнего мира, противодействует бессознательным желаниям, исходящим от «Оно» [75].

«Сверх- Я» представляет собой совесть. Это своеобразный критик,

цензор, контролирующей соблюдение личностью норм и правил, принятых в обществе. «Сверх– Я» может проявляться в форме чувства стыда, гордости, в виде честолюбивых порывов или стремления быть похожим на идеал.

Самооценка не была предметом исследований Фрейда, однако он изучал сильные эмоции, которые могут быть направлены на самого себя. К примеру, ненависть к себе, критичность, осуждение самого себя и др., т.е. те эмоции, которые рождаются в процессе анализа личностью своего поведения, мыслей и чувств, и сравниваются с требованиями «Супер-эго». Если один из компонентов «Я» совпадает с требованиями «Сверх-Я», человек ощущает триумф. Или, наоборот, чувство неполноценности воспринимается как рассогласованность между «Я» и «Сверх-Я» [123].

«Супер-эго» включает в себя способность анализировать собственное поведение и сопоставлять его с теми идеалами и нормами, которые были переданы родителями, а также с ценностями, усвоенными в процессе социализации. Это сравнение, в свою очередь, может приводить к возникновению у человека чувства вины или, наоборот, чувства гордости и самоуважения. Согласно теориям Фрейда, самооценка не определяется лишь накопленным опытом успехов или неудач, а является следствием отождествления с концепцией «Сверх-Я».

С. Куперсмит, представитель бихевиорального направления, придерживался взгляда на самооценку как на установку [133]. Он понимал самооценку как настрой на принятие собственной личности или, наоборот, на самокритику, а также как меру, в которой индивид осознает свою ценность и достижения. «Самооценка – это устойчивое суждение о собственной ценности, проявляющееся в отношении к себе» [123]. Однако в отличие от М. Розенберга, при исследовании самооценки, С. Куперсмит сосредоточился больше на личном опыте индивида, чем на когнитивных или социальных аспектах. Основными факторами формирования самооценки он считал родительскую заботу, четко установленные границы и уважительное

отношение.

В рамках интеракционистского подхода, сосредоточенного на исследовании факторов, определяющих человеческое поведение, а также на анализе взаимосвязей между индивидом и его социальной средой, можно выделить таких исследователей, как Ч. Кули [132] и Д. Мид [136].

Ч. Кули подчёркивал, что большое влияние на развитие «Я» личности оказывает другой человек. Эта идея находит свое отражение в концепции «зеркального я», согласно которой самовосприятие индивида формируется на основе мнений и реакций окружающих его людей. Понятие «Я» состоит из трех ключевых элементов: представление о том, как его видят другие; понимание того, как люди оценивают этот образ и реагируют на него; эмоции и чувства, возникающие у человека в ответ на эти оценки. Таким образом, восприятие себя человеком тесно связано с тем, каким образом его воспринимают окружающие.

Далее идея Ч. Кули была развита Д. Мидом. Он выделял две составляющих в структуре самосознания личности: «I» – реакции личности на воздействия (оценки, восприятие) окружающих людей и «me» – усвоенные человеком оценки Других на самого себя [136]. Д. Мид утверждал, что только через общение с окружающими личность формируется как объект для собственного восприятия, вследствие чего развивается самопознание и самосознание. Человек выбирает ту линию поведения и действует по отношению к себе так же, как окружающие люди действуют по отношению к нему.

Важным в истории изучения самооценки является исследование типов самооценки Морисом Розенбергом, представителем интеракционистского подхода. Самооценку он трактовал как некую установку относительно себя, установку положительного или отрицательного характера, придавал большое значение социальным и культурным факторам в развитии самооценки [140]. Согласно Розенбергу, уровень самооценки обусловлен тем, насколько

реальное «Я» человека соответствует или не соответствует его идеальному «Я»: чем меньше различие между ними, тем выше уровень самооценки. Наоборот, низкая самооценка связана со значительным несоответствием между «реальным» и «идеальным Я», даже если окружающие оценивают человека более позитивно.

Изучение самоактуализации, концепции «Я» и самореализации играет центральную роль в гуманистической психологии, к которой относятся такие ученые, как Г. Олпорт, А. Маслоу и К. Роджерс. Этот подход утверждает уникальность каждого отдельного человека и подчеркивает, что у него всегда есть свобода выбора. Внутренняя природа человека имеет положительный характер, в ней заложены основы для роста и развития личности. Творческий потенциал является частью человеческой природы. Гуманистическая психология утверждает, что каждый человек уникален благодаря своему индивидуальному набору качеств, отличающемуся от других [130].

А. Маслоу утверждал, что потребность в самоуважении занимает ключевое место среди человеческих потребностей. Эта потребность охватывает стремления и желания, связанные с личными достижениями в различных сферах деятельности. Невозможность удовлетворить эту потребность может привести к возникновению чувств бессилия, унижения и уязвимости, что, в свою очередь, может вызвать невротические реакции [67].

На противоположной стороне, удовлетворение потребности в уважении и одобрении способствует возникновению у человека уверенности в своих силах, ощущению собственной значимости, компетентности и полезности [67].

А. Маслоу также подчеркивал, что устойчивая и здоровая самооценка формируется только на основе реальных навыков, знаний и умений личности. По его мнению, она возникает благодаря заслуженному уважению, а не через лесть окружающих или из-за известности и популярности [67].

К. Роджерс считал, что Я– концепция является основной внутреннего мира человека. По Роджерсу «Я» включает в себя «Я– реальное» и «Я – идеальное». То есть то, как человек воспринимает себя в настоящее время (то, каким он является) и то, каким он хотел бы быть соответственно. Большой разрыв между этими понятиями ведёт к нарушению функционирования и развития личности. Позитивная самооценка, согласно концепции К. Роджерса, проявляется, когда структура «Я» личности хорошо организована, стабильна и обладает необходимой гибкостью, при этом разрыв между реальным и идеальным самоощущением минимален. Самоутверждение человека характеризуется внутренним покоем, глубоким пониманием себя и принятием своей сущности [95].

Рассмотрим взгляды отечественных психологов и педагогов на развитие самооценки.

С.Л. Рубинштейн отмечал, что самосознание индивида не возникает исключительно в результате эмоциональных переживаний, а является следствием познавательной активности, для которой необходимо осознание действительных условий своих чувств [75]. Таким образом, эмоциональные состояния всегда сопутствуют другому аспекту сознания – знанию.

В этих переживаниях можно увидеть определенное отношение человека к самому себе, которое Рубинштейн проводит отдельно от самооценки. Он считает, что самооценка формируется на основе личной системы взглядов, включающей критерии, нормы и стандарты оценки. То есть, самооценка зависит от вклада индивида в социальную жизнь, от того, каким образом он исполняет свои обязанности перед обществом [98].

В работах К. Левина исследовалась связь между целью индивидуальных действий и общим «Я» (или самооценкой). Успех или неудача могут быть осознаны только в пределах зоны возможностей субъекта, что подразумевает, что человек сам отвечает за то, что связано с его «уровнем Я» [43].

Самооценка служит основой для уровня притязаний, который тесно связан с высотой этой самооценки [75]. Это положение стало основой ряда исследований, посвященных взаимодействию самооценки и уровня притязаний.

Л.В. Бороздина пишет, что представление о том, что понятия «самооценка» и «уровень притязаний» имеют тесную взаимосвязь, является настолько устойчивым, что во многих работах они употребляются, как синонимы, а результат диагностики уровня притязаний рассматривается как показатель уровня развития самооценки [74].

В исследованиях, проведенных Л.В. Бороздиной и её учениками в начале 21 века, прописывается, что восприятие самооценки как основы для формирования уровня притязаний не подразумевает прямой корреляции между этими понятиями. Это означает, что уровень притязаний не всегда точно отражает самооценку и, следовательно, неверно рассматривать его как независимый индикатор самооценки [20]. Взаимосвязь этих двух аспектов ещё до конца не исследована [75].

Сергеева Е.В. поднимала вопрос, что самооценка играет ключевую роль в развитии самосознания, то есть в понимании собственных качеств, способностей и целей. В российской психологии активно изучают самооценку также с точки зрения интеллектуальных способностей [9].

Работы таких исследователей, как Т.В. Галкина и М.Б. Позина [78], делают акцент на том, что самооценка связана с процессом самообследования и анализа собственных умений.

В частности, Галкина Т.В. подчёркивает связь между самооценкой и рефлексией, утверждая, что существует взаимозависимость между этими понятиями. По мнению Л.С. Выготского, рефлексия включает в себя самооценку как важный элемент процесса самопознания.

В исследовании когнитивной самооценки акцентируется внимание на сравнении различных типов самооценки с объективными показателями.

Например, М.Б. Позина отмечала явление, известное как «когнитивный эгоизм», когда наблюдается переоценка результатов своей работы. В данном контексте проявляется значительная связь между рефлексией, познавательной активностью и самооценкой: более высокая степень рефлексии содействует более глубокому осмыслению «механизмов непонимания» [88].

Также стоит упомянуть о явлении «нереалистичного оптимизма относительно будущего», которое делает человека более уязвимым в реальных жизненных ситуациях [89].

Галкина отмечала, что существует тесная взаимосвязь между самооценкой и рефлексией, утверждая следующее: «где присутствует самооценка, там имеется и рефлексия, и наоборот – настоящая самооценка возможна лишь при условии наличия рефлексии» [27]. В этом контексте стоит напомнить о взглядах Л.С. Выготского. Он утверждал, что «определение образа жизни и поведения человека, корректировка своих действий, их направление или освобождение от влияния конкретной ситуации» представляет собой процесс рефлексии, одним из компонентов которой является самооценка и её итог – самооценивание [24].

Адекватность самооценки объективным результатам является необходимой составляющей здоровой самооценки, выполняет важную роль в механизмах саморегуляции [78].

Классическое представление отечественных психологов о структуре самооценки даёт информацию об её уровневой организации. Самооценка представляет собой структуру, в основе которой лежат когнитивный и эмоциональный компоненты сознания. Эти элементы находятся в тесной взаимосвязи и отражаются в самосознании и отношении к самому себе [126].

Когнитивный аспект самооценки отражает уровень амбиций и осознания индивидом собственной личности. Эти знания формируются в процессе взаимодействия с обществом. Как отмечает Кон, «при самооценке

человек сознательно или неосознанно сопоставляет себя с другими, принимая во внимание не только свои успехи, но и всю социальную картину в целом» [52].

Эмоциональный компонент самооценки заключается в чувствах, которые возникают у человека в ответ на информацию о себе.

Формируясь в процессе всей жизнедеятельности личности, самооценка, в свою очередь, выполняет важные функции в её развитии. Так, исследователь Э.М. Александровская [5], выделяет следующие функции самооценки личности:

1. Регуляторная функция означает способность контролировать свои поступки и поведение. С помощью этой способности личность принимает осознанные решения.

2. Защитная функция способствует сохранению индивидуальности.

3. Развивающая функция дает шанс понять себя и оценить свои действия с точки зрения восприятия окружающих.

4. Эмоциональная функция позволяет испытывать удовлетворение от собственной личности и тех качеств, которые являются индивидуальными.

А.В. Захарова писала о функциях самооценки, выделяя следующие: оценочные, контрольные, стимулирующие, блокирующие и защитные. Она также отметила, что самооценка не только способствует адаптации, но и служит фактором, который помогает человеку мобилизовать свои силы и раскрывать свои возможности [42].

Многие исследователи отмечают сигнализирующую функцию как основную среди функций самооценки. Под этим понятием подразумевается личная оценка, которая отражает осознание адекватности действий индивида [134]. Если личность способна успешно справляться с ситуациями и преодолевать трудности, то самооценка будет положительной. В противном случае, если человек испытывает сложности и избегает трудностей, его самооценка станет негативной.

Теории научения подчеркивают, что самооценочные реакции являются важным элементом регуляции поведения [12]. Это свидетельствует о том, что самооценка может не только выполнять сигнализирующую функцию, но и действовать как мотивационный фактор, побуждая человека к действиям, чтобы получить положительные оценки. Эти реакции выражаются через удовлетворение собой, самоуважение и гордость. В некоторых случаях самооценка может также выполнять функцию прекращения деятельности, которая доставляет дискомфорт [75].

Далее мы рассмотрим виды самооценки, что является важным для более углубленного её понимания.

Выявлено, что самооценка бывает, как адекватной (объективной, достоверной), так и неадекватной. Неадекватная самооценка приобретает характер завышенной или заниженной, и каждая из них особым образом проявляет себя в жизнедеятельности человека [38].

Завышенная или заниженная самооценки приводят к возникновению разнообразных психологических трудностей [103].

А.В. Захарова в своих работах выделяла общие и частные самооценки. А.В. Захарова писала, что показатели, которые относятся как к общей, так и к частным самооценкам, обычно представлены в форме контрастов: самооценка может быть охарактеризована как адекватная (объективная) или неадекватная, высокая – низкая, устойчивая – неустойчивая, стабильная – динамическая, и т. д. [40].

А.В. Аркушенко характеризует самооценку личности по критерию адекватности уровня притязаний, выделяя:

- адекватную;
- завышенную;
- заниженную.

Автор акцентирует внимание на том, что адекватность самооценки человека оказывает влияние на его отношения с окружающими и на общее

развитие его личности [20].

Согласно мнению А.В. Аркушенко, заниженная самооценка проявляется в недооценке собственных возможностей, тогда как завышенная самооценка характеризуется переоценкой этих же возможностей.

Современные исследования указывают на то, что низкая самооценка вовсе не является прямой противоположностью высокой [74]. Например, Р. Баумейстер в своем обзоре литературы отмечает, что у людей с низкой самооценкой наблюдается не столько ненависть к себе, сколько отсутствие самопринятия. Их характеризует скорее дефицит позитивного отношения к себе, нежели наличие негативного. Их результаты в тестах на самооценку не являются абсолютно низкими, а лишь относительно по сравнению с теми, у кого высокая самооценка; в абсолютном выражении их уровень самооценки можно считать средним [131].

Люди с низким уровнем самооценки часто считают, что обладают рядом достоинств, однако этот ряд значительно короче по сравнению с теми, кто имеет высокую самооценку. Это связано с тем, что у них меньше ресурсов, таких как способности и положительные качества, подтверждающих их чувство самопринятия. Действительная ненависть к себе среди таких людей встречается редко и чаще всего является признаком клинических состояний [143].

Существует и другая точка зрения, предполагающая, что низкая самооценка является реалистичной: индивиды с заниженной самооценкой, как правило, объективно оценивают свои способности, не завышая их [142].

Высокий уровень самооценки, в свою очередь, выступает в роли своеобразного «катализатора», способствуя достижению поставленных целей и усиливая адаптивные качества личности. Напротив, низкая самооценка ведет к формированию защитного и осторожного поведения [134].

Верная (или адекватная самооценка) является средством поддержания человеческого достоинства. Адекватное либо неадекватное отношение к себе

приводит либо к гармоничному развитию личности, либо к постоянному конфликту, следствием которого может быть появление невротических состояний. «Максимально адекватное отношение к себе – это высший уровень самооценки личности» [53].

Адекватной самооценке отводится ключевая роль в оптимальной ориентации человека в окружающем мире, в собственной деятельности, а так же при формулировании целей развития личности [93].

Красникова Е.А. пишет, что личность, имеющая адекватную самооценку, эмоционально стабильна. Адекватная самооценка вызывает благоприятное эмоциональное состояние, стимулирует деятельность и вселяет в личность уверенность в себе [58].

А.В. Захарова [41] выделяет три типа самооценки в зависимости от времени её применения:

- прогностическая самооценка, которая отвечает за регулирование деятельности личности на начальном этапе;
- корректирующая самооценка, осуществляющая контроль за процессом выполнения задания;
- ретроспективная самооценка, обычно применяемая на завершающем этапе, с целью анализа результатов, последствий действий, а также для определения индивидом перспектив своего дальнейшего развития.

В своих исследованиях Г.К. Селевко выделяет два типа самооценки: текущую и личностную. Текущая самооценка представляет собой оценку, которую человек дает своим поступкам и действиям. Она служит основой для саморегуляции поведения и деятельности. Проведя самоконтроль своих действий и оценив их приемлемость, желаемость и успешность, ребенок корректирует свое поведение в соответствии с этой самооценкой, тем самым осуществляя саморегуляцию. Личностная самооценка формируется через восприятие человеком собственных способностей, возможностей и личных качеств, а также через отношение к своему внешнему виду [106].

Б.Г. Мещеряков классифицирует самооценку по различным критериям: по уровню (высокая, средняя, низкая), по адекватности (адекватная, неадекватная), по характеристикам структуры (конфликтная, бесконфликтная) и по времени (прогностическая, актуальная, ретроспективная) [19].

А.В. Захарова, изучая причины низкой самооценки, отмечает, что они могут возникнуть из чрезмерно авторитарного, потакающего или гиперактивного воспитания со стороны родителей. Такое раннее воздействие способствует формированию подсознательных установок, вызывающих чувство неполноценности, что в свою очередь ведет к развитию низкой самооценки [60].

Авдеева Н. и несколько других исследователей [1, 13, 31] подчеркивали, что тип привязанности ребенка к матери влияет на формирование его самооценки.

Е.Н. Васина утверждала, что у детей дошкольного возраста самооценка отражает развитие гордости и стыда. Она также отмечала важность развития самооценки для обеспечения психологической готовности к школе и перехода на следующий возрастной уровень [21].

Усова А.П. писала: «Чем более адекватным будет оценочное отношение взрослого, тем более точным станет представление ребенка о результате его действий и, соответственно, его самооценка». Она подчеркивает, что в процессе личностного развития дошкольника важным является переход от внешней оценки к оценке личных качеств [122].

Итак, самооценка – это оценка личностью самой себя, своих успехов, способностей и возможностей. Она является одним из элементов самосознания личности. Существуют различные виды самооценки, описаны функции самооценки. Изучением самооценки занимались отечественные и зарубежные психологи и педагоги, труды которых внесли огромный вклад в развитие представлений о важности формирования адекватного

самовосприятия. Некоторыми из исследователей были выделены особенности развития и проявления самооценки в детстве. Они будут рассмотрены нами в следующем параграфе.

## **1.2 Особенности самооценки детей старшего дошкольного возраста**

Самооценка представляет собой одно из основных новообразований в дошкольном возрасте.

Она связана с мотивационно-потребностной сферой личности и значительно влияет на развитие ребенка и его будущие достижения [8].

Л.С. Выготский утверждал, что в старшем дошкольном возрасте закладываются основы самооценки, которая проявляется в устойчивом и дифференцированном отношении ребенка к самому себе [105].

В этот период крайне важно, чтобы ребенок начал формировать базовый субъективный опыт, что включает в себя расширение понимания о своих внутренних и внешних характеристиках, месте в обществе и оценке этих знаний [11].

И. Ю. Кульчицкая отмечает, что самооценка играет важную роль в готовности детей к школьному обучению [12].

Рассмотрим развитие самооценки ребёнка с самого рождения. В младенчестве дети не осознают свою идентичность; на начальной стадии для них актуальны только собственные потребности [15].

К трем годам они начинают отделять себя от окружающих, однако в кризисный период трехлетнего возраста у них еще нет способности адекватно оценивать свои качества.

В возрасте 3–4 лет дети склонны переоценивать свои возможности. С 4–5 лет начинается оценка собственных действий, что связано с интересом к различным видам деятельности.

Н.В. Нижегородцева и В.Д. Шадрикова подчеркивают, что старший дошкольный возраст оптимален для освоения социальных аспектов через

взаимодействия с взрослыми и сверстниками. В это время влияние группы сверстников и педагогов становится особенно значимым, и для детей важна атмосфера принятия и уважения [98].

На самооценку ребёнка активно начинает влиять коллектив сверстников и педагоги группы. На данном этапе для детей важна атмосфера поддержки, принятия и уважение каждого ребёнка [101].

В старшем дошкольном возрасте ребёнок начинает понимать своё положение среди окружающих его людей. Он учится распознавать и обобщать свои чувства, что способствует формированию устойчивой самооценки, напрямую связанной с его восприятием успеха и провала в различных видах деятельности [27].

Многие исследователи отмечают, что к 7 годам у ребёнка формируется адекватная самооценка, проявляющаяся в конкретных видах деятельности [63]. При этом И.И. Чеснокова утверждает, что адекватность самооценки по личностным качествам ребёнка, как правило, несколько запаздывает в своём развитии [126].

У детей в старшем дошкольном возрасте возникает стремление различать свою индивидуальность и место среди окружающих. В этом процессе они начинают осознавать свои настоящие способности и желания. Дети стремятся занять новую позицию взрослых в своей жизни, им важно чувствовать себя значимыми как для себя, так и для других [99].

Н. Картышова, исследуя самосознание детей дошкольного возраста, акцентировала внимание на том, что оно не является врождённой характеристикой, а является следствием развития. Первые признаки сознания начинают проявляться у младенцев, когда они учатся различать ощущения, вызванные как внешними факторами, так и внутренними физическими ощущениями. Как отметила автор, осознание собственного «Я» формируется у ребёнка примерно с трёх лет, когда в его речи начинают появляться личные местоимения, указывающие на взаимодействие с другими людьми [127].

В.В. Столин в основе формирования самосознания видит процесс идентификации [116]. В качестве модели для идентификации первично выступают родители. Дети, в свою очередь, стараются усмотреть сходства с этой моделью, стремятся обладать её чертами и поведением, характерным для этой модели.

В.С. Мухина обозначила компоненты самосознания, которые начинают активно развиваться в дошкольный период или впервые проявляют себя. К таким элементам относятся осознание своей внутренней психической сущности и внешних характеристик, признание своего имени, а также социальное одобрение. Она также отметила, что структура самосознания у детей дошкольного возраста формируется в взаимодействии со взрослыми [76].

У старших дошкольников наблюдается развитие сложной структуры самосознания – самооценки. Она формируется на основе знаний и представлений о себе [120].

О.Н. Молчанова отмечала, что «осознанное различие самооценки проявляется у детей в старшем дошкольном возрасте» [75]. В этот период дети начинают сравнивать свою самооценку в различных видах активности. В данной возрастной категории можно наблюдать разные уровни объективности самооценки, такие как «переоценка», «адекватная оценка» и «недооценка». На её уровень сильно влияют особенности деятельности ребёнка, знание о своих умениях и опыт их оценки, а также понимание критериев, принятых в определённой области.

К.Р. Сидоров подчеркивал, что к завершению дошкольного возраста самооценка детей, и их восприятие оценок окружающих становятся более глубокими и полными благодаря интересу к взаимодействию с другими [108]. Старшие дошкольники начинают осваивать критерии оценочной активности, что способствует развитию их мышления и речевых навыков.

Формирование самооценки зависит от активности ребенка и оценок,

получаемых от взрослых и сверстников. Уровень объективности оценки повышается с увеличением количества усвоенных правил игр и личного опыта, что также подразумевает разные виды самооценки в разных видах деятельности [100].

Оценка дошкольника напрямую зависит от того, как его оценивает взрослый. Если у ребёнка заниженная самооценка, то это может повлечь за собой отрицательные последствия. Завышенные же самооценки искажают представления детей в сторону преувеличения результатов. Однако, тем не менее, завышенные самооценки положительно влияют на организацию ребёнком деятельности, мобилизуя его силы [120].

Низкая самооценка часто свидетельствует о наличии конфликтов как в межличностных отношениях, так и в их внутреннем мире [87]. Обычно низкая самооценка развивается у ребёнка вследствие вмешательства родителей, выставляющих чрезмерные требования, не выражающих положительные оценки и не учитывающих индивидуальные особенности ребёнка [97].

Формирование самооценки у детей значительно зависит от оценок, которые они получают от окружающих, включая сверстников и взрослых [112]. Например, ребёнок может считать себя хорошим, если мама его хвалит. Также на самооценку влияет стиль воспитания в семье, будь то гипоопека или гиперопека. Оценочные суждения окружающих могут варьироваться, что порождает нестабильность в самооценке детей, поскольку похвала и критика могут меняться в зависимости от ситуации [22].

В дошкольном возрасте основной компонент самооценки связан с эмоциями, и она формируется на основе внешнего отношения к ребёнку, а также его удовлетворенности своим местом в семье и среди сверстников [80].

Исследования других авторов также подчеркивают важность роли взрослых в этом процессе. Усова А.П. отмечает, что точность оценок взрослых влияет на представление ребёнка о своих действиях и,

соответственно, на его самооценку [122].

В дошкольном возрасте ребёнок начинает осознавать себя, что делает этот период критически важным для формирования адекватной самооценки, основанной на детско-родительских отношениях. Общение с авторитетными взрослыми способствует этому развитию, однако дети ещё не имеют достаточного опыта, чтобы самостоятельно судить о своих качествах [29].

Самооценка ребёнка развивается при общении с референтными взрослыми, но для дошкольников характерно отсутствие достаточного опыта для суждений о собственных личностных качествах. Это становится причиной для идентификации мнений взрослых о ребёнке с его собственными представлениями [57].

«Каждый родитель оказывает значительное влияние на своего ребёнка, на его восприятие социальных норм и правил, а также на формирование отношения к себе и окружающему миру» – отмечал В.Н. Мясищев [77].

Родителям следует создать подходящие условия для того, чтобы у ребёнка развивалась позитивная (адекватная) самооценка. К факторам, которые могут помочь создать у ребёнка положительную самооценку можно отнести следующие [141]:

- Воспитание ребёнка с любовью и заботой;
- Формирование чувства собственной значимости;
- Поощрение инициативности ребёнка;
- Оказание помощи в формировании у ребёнка способности объективно оценивать свои силы, достоинства и недостатки, стремиться исправить последние.

Минакова С.С., Николаева А.А., Савченко И.А. писали, что близкие родственники имеют большое значение при оказании ребёнку помощи в развитии способности понимать и объективно оценивать свои преимущества и недостатки. Им важно поддерживать ребёнка, а не унижать, или, наоборот, незаслуженно хвалить [72].

Низкая либо заниженная самооценка зачастую начинает развиваться у ребёнка с раннего детства, вначале как следствие оценки родителями ребёнка, в дальнейшей жизни – как следствие внешней оценки социума [114]. В некоторых случаях, близкие родственники ребёнка говорят, что у ребёнка всё не получается, или что он не на что не способен. В некоторых обстоятельствах стиль родительского воспитания демонстрирует «тиранию», при которой у ребёнка формируется повышенное чувство ответственности. Это, в свою очередь, может привести к подавленности в выражении эмоций, неуверенности и внутренней скованности.

Порой взрослые сравнивают ребёнка с кем-то, говорят ему вести себя определённым образом, ровнясь на кого-либо. Таким образом, в сознании ребёнка появляется эталон, определённая модель, которой он должен соответствовать [107]. В случае реализации данной модели ребёнок начал чувствовать бы себя хорошим и идеальным, но при возникновении трудностей, в его сознании возникает конфликт между идеалом и реальностью. В связи с этим, может появиться большое количество внутриличностных конфликтов, следствием которых может быть замкнутость, неуверенность в себе.

Некоторые исследователи [104, 135, 139] отмечают, что семейная обстановка, в частности, поведение родителей, оказывает влияние на социальные навыки и личностное развитие детей. Только правильное и сбалансированное сочетание положительных и отрицательных оценок ребёнка создает условия для гармоничного формирования его личности и самосознания [66].

По словам Е. Суховой, в данном возрастном периоде у детей возникают сложные отношения как со сверстниками, так и со взрослыми. В дошкольном возрасте игра является основным видом деятельности ребёнка, и, следовательно, можно утверждать, что играть без участия других детей достаточно сложно. Это подчеркивает значимость сверстников в жизни

ребенка.

Различные исследования показывают, что статус ребёнка в группе сверстников оказывает влияние на формирование адекватной самооценки. Для детей старшего дошкольного возраста оценки сверстников имеют большое значение, так как под их влиянием формируется самооценка ребёнка [59].

На формирование самооценки ребёнка оказывает влияние оценка личных достоинств ребёнка сверстником. Тем сверстником, к которому ребёнок питает симпатию, с которым хочет дружить и чьё расположение стремится заслужить [2].

В процессе взаимодействия с товарищами, дети учатся делиться знаниями, обмениваться оценками и сопоставлять себя с другими. «Отношения со сверстниками являются основой для самопознания ребенка» [120]. Таким образом, в общении с ровесниками формируется способность оценивать окружающих, что способствует развитию самооценки.

Так же, к одному из факторов, влияющих на самооценку, можно отнести статус ребёнка в социуме. Ребёнок, родившийся в обеспеченной семье с большей долей вероятности будет иметь самооценку выше, нежели ребёнок, родившийся в среднестатистической семье [37].

Согласно П. Гавердовской, адекватность самооценки у детей в значительной степени зависит от особенностей их деятельности, наглядности результатов этой деятельности, осведомленности о собственных навыках и опыте их оценки, а также от степени усвоения верных критериев оценки в соответствующей области. Кроме того, важную роль играет уровень притязаний ребенка в том или ином занятии [26].

Л.И. Божович, анализируя адекватную самооценку, подчеркивала ее значимость как одного из ключевых факторов, способствующих развитию детской личности. Она также замечала, что устойчивое восприятие себя формируется под воздействием мнений окружающих, а также через

собственную активность ребенка и оценку ее результатов [16].

Е.Н. Васина отмечала, что самооценка детей в дошкольном возрасте отражает развитие таких эмоций, как гордость и стыд. Она также подчеркивала, что формирование самооценки играет важную роль в подготовке детей к учебному процессу в школе и в переходе к следующему этапу развития [21].

На основе вышеизложенного материала можно перейти к характеристикам проявления различных видов самооценки в детском возрасте.

Детей с адекватной самооценкой можно охарактеризовать как общительных, активных, находчивых, самостоятельных [68]. Такие дети не боятся пробовать что-то новое, легко идут на контакт со сверстниками. Процесс формирования адекватной самооценки непосредственно связан с проблемами обучения, воспитания и развития ребёнка [121].

Неадекватная или заниженная самооценка у детей проявляется в том, что для них характерна неуверенность в себе, склонность «уходить в себя», сосредотачиваться на своих слабостях [68]. Заниженная самооценка отрицательно сказывается на взаимодействии ребёнка с окружающими [170].

По мнению К. Аспер [10], детям с заниженной самооценкой часто свойственны такие качества как: пассивность, высокая чувствительность, ранимость, повышенная обидчивость, мнительность. Такие дети обычно не участвуют в подвижных и интеллектуальных играх, так как боятся проиграть или быть хуже других [28].

Дети с завышенной самооценкой, как правило, склонны к подчёркиванию своих достоинств, с трудом воспринимают критику, могут быть высокомерны и завистливы [113]. Для детей с завышенной формой самооценки характерны высокомерность, бестактность, нежелание прислушиваться к мнению других. Эти качества отрицательно воспринимаются сверстниками [6].

Итак, можно сделать вывод, что каждый вид самооценки может активно проявиться у ребёнка в дошкольном возрасте. При этом, если завышенная самооценка может иметь положительный характер, и позитивно влиять на организацию ребёнком своей деятельности, то отрицательная может привести к усложнённым взаимоотношениям с окружающим миром, дезорганизации деятельности, появлению страхов. Именно поэтому воспитателям и психологам важно обращать внимание на данную категорию детей, работать с ними.

### **1.3 Современное состояние изучения сказкотерапии как метода развития самооценки детей старшего дошкольного возраста**

На сегодняшний момент коррекционно-развивающая деятельность, является важной составляющей работы педагога-психолога как в учреждениях дошкольного образования, так и в школах. Основными объектами коррекции являются межличностные взаимодействия, отношения между детьми и родителями, а также эмоционально-волевая и личностная сферы.

Дудьев В.П. под коррекцией понимал исправление или ослабление каких– либо недостатков психического или физического развития человека с помощью различных психолого– педагогических и лечебных воздействий [36].

А.А. Осипова даёт следующее определение: «коррекция является особой формой психологической деятельности, направленной на создание благоприятных условий для оптимизации психического развития личности ребёнка, а также оказание ему специальной психологической помощи» [83].

При работе с детьми дошкольного возраста используются различные методы и приёмы. Так, например, психологами активно используется игротерапия, музыкотерапия и арт– терапия в работе с малышами.

В настоящее время постепенно обретает популярность такой метод

работы, как сказкотерапия.

В России метод сказкотерапии начал зарождаться только с начала 90–х годов [69]. И.В. Вачков, Д.Ю. Соколов, С.К. Нартова–Бочавер одни из первых стали признавать сказкотерапию как действенный метод работы с детьми. Они считали, что сказкотерапия способна помочь в решении личностно–эмоциональных или поведенческих проблем ребёнка. Она активно может применяться при коррекции агрессивного или тревожного состояния, при развитии у ребёнка уверенности в себе.

Сказкотерапевт Т.Д. Зинкевич–Евстигнеева рассматривает сказкотерапию как совокупность методов, направленных на передачу знаний о духовном пути личности и ее социальной интеграции, представляя собой воспитательную систему, соответствующую духовной сущности человека [46].

Среди основных функций сказки выделяют: подготовка к эмоциональным стрессовым ситуациям; символическая переработка физических и эмоциональных напряжений; принятие в символической форме своей физической активности [124].

Применительно к детям дошкольного возраста сказкотерапия является одним из средств работы с агрессией, неуверенностью в себе, с застенчивостью, с детскими страхами и с тревожностью. Она является помощником в работе с чувствами стыда, вины, с принятием своих чувств [56]. Сказкотерапия может помочь ребёнку осознать свои проблемы, увидеть пути борьбы с ними, пути их решения.

Сказкотерапевт А. Захаров основную особенность сказкотерапии видел в том, что благодаря данному методу ребёнок познаёт объект в ходе практической деятельности с ним [39].

Неоценимый вклад вносит сказкотерапия при работе с детьми дошкольного возраста. Так, например, Е.Н. Водовозова, представитель отечественной педагогики конца XIX – начала XX в., придавала большое

значение роли сказки в процессе психического развития ребенка на протяжении всего дошкольного детства [23].

В сказках ребенок сталкивается с трудностями, которые когда-то переживало все человечество [118]. При этом он получает возможность извлекать важные уроки, учиться взаимодействовать с ровесниками, находить решения для различных проблем, преодолевать препятствия и противостоять своим страхам.

Сказкотерапия в работе с детьми позволяет развивать их самосознание, образ «Я» ребёнка, выстраивать доверительные отношения с окружающим миром. И.В. Вачков писал, что сказки помогают ребёнку осознать свои проблемы и найти пути их решения.

Метафора сказки является эффективной для улучшения взаимоотношений между детьми, при создании отношения к самому себе, как к индивидуальности [33]. В сказках находится кладёзь различных человеческих пробоем и способов их разрешения.

Важным для работы является изучение уровней воздействия сказки на детей. Так, на первом уровне события сказки, отношения героев «переносятся» на реальную жизнь. На втором уровне сообщается о важных социальных и моральных нормах в жизни. На третьем уровне задеваются глубинные механизмы подсознания [94]. При работе с ребёнком большое значение имеет его опыт. Важно понимать, что ребёнок не выйдет сразу на третий уровень, наиболее приемлемым и доступным для него будет первый [48].

Д. Соколов утверждает, что чтение сказок приносит удивительный результат и способствует тому, что ребёнок учится справляться с разными жизненными ситуациями. Эффект будет гораздо больше, если сказки будут созданы специально для того или иного случая [50]. По его мнению, сказка активизирует сознание ребёнка, предполагает появление новых возможностей для взаимодействия с окружающим миром. Сказка, по мнению

Д. Соколова, является залогом эмоционально– личностного развития ребёнка.

Н. А. Строгова [117] отмечает, что сказкотерапия является универсальным инструментом как для психодиагностической, так и для развивающей работы с детьми дошкольного возраста. Ею были перечислены положительные аспекты данного подхода в работе с детьми:

– Информативность сказки. Ребёнок переносит свои размышления, эмоциональные переживания и проблемы на сюжет и интерпретацию сказки. Благодаря этому сказкотерапию можно рассматривать как эффективный диагностический метод. Т. П. Корнеева подчеркивает, что «метафоры, применяемые при создании сказки, помогают обнаружить специфические психологические проблемы ребенка, которые могут не совпадать с ожиданиями родителей или воспитателей» [54].

– Экологичность сказкотерапии. Взаимодействие психолога с ребенком в безопасной и вымышленной среде облегчает установление доверительных отношений и снижает влияние психологических защитных механизмов.

– Интегративность сказкотерапии. Это качество указывает на то, что сказкотерапию можно гармонично объединять с другими терапевтическими методами, при этом учитывая возрастные и индивидуальные характеристики детей, а также вовлекая их в разнообразные виды активности (игровую, экспериментальную и т.д.).

– Эмоциональность сказкотерапии. Она демонстрирует высокую эффективность в повышении адаптивных ресурсов ребенка, укрепляет его самооценку и способствует более легкой социализации через процессы самовыражения и работу с негативными эмоциями. Например, Н.А. Строгова утверждает, что сказкотерапия обращается как к сознательному, так и к бессознательному ребенка, что достигается с помощью метафоры – образа, позволяющего моделировать аспекты проблемной ситуации [117].

– Содержательность сказкотерапии. Сказки оказывают влияние на жизненный опыт детей, обогащают его, формируют у детей механизмы «защитно– совладающего» поведения, способствуют усвоению схем решения различных проблем, которые могут возникнуть в межличностном взаимодействии [64].

При предъявлении детям дошкольного возраста сказок, сказки обязательно должны сопровождаться различными элементами: иллюстрациями, фотографиями, рисунками костюмов или оформлением театральной постановки сказки [44].

Выделяют особенности психокоррекционной сказки как метода воздействия на личность ребёнка [109].

– Главный герой должен быть похож на ребёнка (пол, возраст, черты характера).

– Жизнь главного героя в той или иной степени должна быть похожа на жизнь ребёнка.

– Персонаж должен попасть в ситуацию, аналогичную той, в которой находится ребёнок.

Коррекционная и развивающая работа в сказкотерапии может проводиться в двух формах, которые отличны друг от друга по степени директивности применяемого подхода [47]. Так, выделяют директивную (или направленную) и не директивную (не направленную) формы.

При директивной форме педагог– психолог – это главный участник процесса сказкотерапии. Он задаёт темы занятий, осуществляет наблюдение за поведением клиента, интерпретирует его, и на этой основе выстраивает свою дальнейшую работу.

При не директивной форме роль психолога в сказкотерапии заметно снижается: основная функция психолога заключается в создании атмосферы принятия ребёнком своих чувств и эмоций, формирование условий для спонтанного проявления чувств ребёнком.

Работа со сказкой может быть как групповой, так и индивидуальной. В любой сказке обязательно присутствуют такие элементы как: герои, сюжет, конфликт и развязка. Рассказывание сказки обязательно должно строиться по следующей структуре [51]:

- Ритуал «вхождения» в сказку, предполагающий создание настроения на совместную работу.

- Повторение прошлого занятия. На этом этапе проговаривается, что происходило на прошлом занятии, какие выводы были сделаны ребёнком, чему он научился и какие навыки приобрёл.

- Расширение. На этом этапе происходит рассказывание детям новой сказки. У детей спрашивают, хотели бы они быть похожими на героя сказки (если да, то на какого?). Задаются вопросы, чему бы ребёнок хотел научиться, хотел бы он помочь кому– либо из героев сказки.

- Закрепление. На этом этапе происходит обсуждение с детьми прочитанного материала, его анализ.

- Интеграция. Приобретённый опыт психолог помогает ребёнку связать с реальностью, проанализировать, в каких ситуациях этот опыт будет полезен, как его можно применить.

- Рефлексия. Происходит обобщение приобретённого опыта.

- Ритуал «выхода» из сказки. Окончание занятия.

В практической психологии выделяют несколько методов работы со сказками [68]. Их классифицируют в зависимости от задач, которые ставит перед собой психолог или педагог. Каждый метод по– своему уникален и привлекателен для детей.

Так, С.А. Черняева предлагает следующую классификацию [125]:

- Психоаналитическая работа со сказкой. Текст и образы сказки касаются личной жизни ребёнка, ассоциации, вызванные у ребёнка, обсуждаются.

– Арт– терапия по мотивам сказки. Свободные ассоциации переносятся на бумагу. Они могут быть отражены в рисунках, коллажах, аппликациях и т.д.

– Психотерапевтическая беседа предполагает активную работу с текстом. Здесь ведущим специалистом (психологом или педагогом) ведётся обсуждение особенностей и мотивов поведения персонажей, совершается переход к обсуждению ценностей персонажей. Вводятся критерии «хорошо или плохо». Задаются вопросы: «Как ты считаешь, как бы поступил ты?», «Правила поведения в различных ситуациях?». Наиболее интересной эта работа становится при сочетании обсуждения с арт– терапевтическими техниками, или с театрализацией (к примеру, пальчиковый театр, настольный и т.д.).

– Театрализованное проигрывание сказки. Участие в этих эпизодах даёт возможность ребёнку прочувствовать некоторые эмоционально значимые для него ситуации, сыграть те или иные эмоции, выбрать способы поведения, затем проанализировать и обсудить правильность своего выбора с педагогом.

– Творческая работа по мотивам сказки. Предполагает придумывание одной из частей сказки (начала или окончания), либо продумывание всей сказки, её сочинение ребёнком. То, что процесс написания или сочинения сказки несёт в себе определённый эффект самоизменения, подтверждала в своих исследованиях А.А. Бреусенко [18]. Об этом так же писал Д.Ю. Соколов [55]. В основе любой психологической проблемы лежит незаконченность (незавершённость) той или иной ситуации. Человек зачастую останавливается перед тем, что его пугает, а пугающие ситуации вновь и вновь возвращаются в его жизнь, будто бы зацикливаясь. При этом, если ему удастся «пройти страшное место», появляется хорошая концовка, проблема исчезает, у него появляются ресурсы для её преодоления.

Полети Р., Доббс Б. описали значение сказкотерапии для дошкольников

[90]. Так, одним из важных моментов, они считали способность сказки обогащать внутренний мир детей, передавать, уточнять, расширять знания о предметах и явлениях окружающего мира. Помимо этого, сказки способны научить дошкольников внимательно наблюдать за окружающим миром, самостоятельно находить ответы на свои вопросы, развивать познавательный интерес.

Через игровую деятельность сказки способны корректировать детскую картину мира. Они оказывают влияние на создание ценностных ориентаций, их уточнение или коррекцию [115].

Сказки способны создать эмоциональное и значимое отношение к объектам и явлениям окружающего мира. Это, в свою очередь, положительно сказывается на развитии моральных идей уважения и любви [85].

Таким образом, можно сделать вывод, что сказкотерапия как метод работы с детьми дошкольного возраста является дидактически приемлемой, так как соответствует возрастным особенностям данного контингента детей. Помимо этого, сказка способствует повышению познавательной активности детей дошкольного возраста, развивает воображение.

### **Выводы по первой главе**

1. В данной главе была изучена проблема самооценки в психологии. Было рассмотрено изучение самооценки с позиции разнообразных зарубежных психологических школ и теорий, а также вклад отечественных и зарубежных учёных в представления о развитии самооценки, её видах и особенностях. Изучением самооценки детей дошкольного возраста на протяжении многих десятилетий занимались психологи, к числу которых можно отнести Л.И. Божович, В.С. Мухину, Б.Г. Мещерякову, Б.В.Зейгарник, А.Н. Леонтьева, М.И. Лисину и др.

2. В нашей работе мы представили ключевые определения и

классификации термина «самооценка», а также рассмотрели особенности самооценки детей старшего дошкольного возраста. На этом этапе развития дети начинают осознавать свою роль в обществе. Они учатся глубже понимать свои эмоции и начинают формировать собственное представление о себе. Исследователи выделяют три различных типа самооценки у детей старшего дошкольного возраста: завышенную, адекватную и заниженную. Дети с адекватной самооценкой, как правило, являются общительными, активными и находчивыми, и им свойственно желание пробовать что-то новое. Напротив, заниженная самооценка проявляется в неуверенности и склонности к интроверсии; такие дети часто пассивны, чувствительны и легко возбудимы. Дети с завышенной самооценкой могут проявлять высокомерие, испытывают трудности с восприятием критики и могут испытывать чувство зависти.

3. В контексте психологической работы с целью развития адекватной самооценки у детей старшего дошкольного возраста, нами был выделен метод сказкотерапии как один из ведущих методов работы с детьми. Нами были рассмотрены различные трактовки термина «сказкотерапия», а также особенности данного метода. Под сказкотерапией понимают набор способов передачи знаний о духовном пути души и социальной реализации человека, воспитательную систему, сообразную духовной природе человека. Исследования на данную тему приобретают всё большую актуальность, так как самооценка детей старшего дошкольного возраста является одним из факторов, определяющих личностную готовность ребёнка к школьному обучению. В связи с этим возникает острая необходимость изучения особенностей развития самооценки детей, а также методов развития и коррекции. Это важно для правильной организации работы с детьми.

## ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

### 2.1. Организация, методы и методики исследования

Изучив теоретический аспект выбранной темы, мы перешли к эмпирической части исследования.

Базой для проведения исследования явилось муниципальное автономное дошкольное общеобразовательное учреждение «Детский сад № 59» г. Красноярска. Для обследования были взяты дети старшего дошкольного возраста (6 – 7 лет). В эксперименте приняли участие 30 детей. Для проведения исследования дети были разделены на две группы. В каждую группу входило 15 человек.

– При комплектации экспериментальной выборки испытуемых учитывались следующие критерии:

– Схожесть возрастного показателя (в исследовании приняли участие старшие дошкольники (6– 7 лет).

Отсутствие психофизиологических нарушений у испытуемых.

Работа по анализу уровня развития самооценки детей старшего дошкольного возраста проводилась в несколько этапов.

– 1 этап – подготовительный. На данном этапе мы отобрали методики для исследования. Критерий выбора: соответствие методик возрасту детей.

– 2 этап – диагностический. На данном этапе было проведено обследование детей двух группы с целью выявления у них типа самооценки. Были определены особенности детского самоотношения, свойственные для каждого типа самооценки.

– 3 этап – практический. На практическом этапе нами была

разработана и апробирована психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста.

– 4 этап – заключительный. На данном этапе проводилась повторная диагностика контрольной и экспериментальной группы с целью проверки эффективности разработанной программы. Был проведен анализ результатов повторной диагностики детей. Далее происходило обобщение и систематизация полученных результатов исследования, формулирование выводов, подтверждение поставленной гипотезы.

Для изучения особенностей самооценки детей старшего дошкольного возраста нами были подобраны следующие диагностические **методики**:

1. Методика «Лесенка» В.Г. Щур (в модификации С.Г. Якобсон) 1982 г. [128];
2. Методика «Какой Я?» Р.С. Немов 2001 г. [79].
3. Методика «Нарисуй себя» А.М. Прихожан 1982 г. [30].

**Методика «Лесенка» (в модификации С.Г. Якобсон, В.Г. Щур) [128]**

Целью данной методики является диагностика уровня самооценки дошкольников, выявление и анализ представлений детей о самих себе.

В начале обследования педагог-психолог показывает ребёнку нарисованную лесенку, состоящую из 7 ступеней, при этом даёт следующую инструкцию: «Давай представим, что на эту лесенку мы можем посадить всех детей. На три верхние ступени встанут хорошие дети: умные, послушные, добрые и т.д. (при этом необходимо показать: хорошие, очень хорошие, самые хорошие). На трёх нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже. На средней ступеньке не плохие и не хорошие».

Далее ребёнку задают вопросы: «На какую ступеньку ты бы поставил себя? Почему?»; «На какую ступеньку тебя поставила бы мама, папа, воспитатель?».

Результатом данной методики становится определение вида самооценки ребёнка (завышенная, адекватная, заниженная или очень

заниженная).

Стимульный материал, а также интерпретация результатов исследования расположены в Приложении 1.

### **Методика «Какой я?» Р.С. Немов [79]**

Данная методика представляет собой вербальный тест – экспериментатор спрашивает ребёнка, как он оценивает себя по десяти различным положительным качествам личности. «В данной методике оцениваются следующие качества личности: добрый, послушный, хороший, вежливый, аккуратный, умелый (способный), честный, умный, внимательный, смелый» [7, 79].

Самооценку выявляют по сумме баллов, набранных ребёнком. Так, такой результат как 10 баллов соответствует очень высокому уровню развития самооценки; 8– 9 баллов – высокий уровень развития самооценки. Количество баллов, соответствующих среднему уровню развития самооценки – 4– 5; 2– 3 балла говорят о низком уровне развития самооценки ребёнка, а 0– 1 балл – об очень низком.

### **Методика «Нарисуй себя» (А. М. Прихожан) [30].**

Цель этой методики заключается в оценке уровня самооценки ребенка. Она представляет собой рисуночный тест, в котором ребенку предлагается изобразить троих персонажей: хорошего человека, плохого человека и самого себя.

Инструкция выглядит следующим образом: «Начнем с рисования плохого мальчика или девочки. Для этого вам понадобятся черные и коричневые карандаши. Учтите, что чем более негативным будет персонаж, тем меньше должен быть его рисунок». После завершения первого рисунка детям дается следующая указание: «Теперь нарисуем хорошего мальчика или девочку. Используйте синие и красные карандаши. Имейте в виду, что рисунок хорошего персонажа должен быть больше». После второго рисунка детям предоставляется третий лист бумаги с такой инструкцией: «Теперь

изобразите самих себя, используя все четыре цвета карандашей».

Материалы для проведения этой диагностики представлены в приложении 2.

Таким образом, с применением предложенных методик был осуществлен констатирующий эксперимент, который позволил получить результаты для двух групп. Эти методики помогли нам определить уровень самооценки у детей старшего дошкольного возраста.

## **2.2. Анализ и интерпретация результатов констатирующего этапа эксперимента**

Целью констатирующего этапа эксперимента является выявление особенностей самооценки детей старшего дошкольного возраста.

Мы выделили следующие задачи эксперимента:

1. Изучить и определить методы исследования;
2. Сформировать контрольную и экспериментальную группу;
3. Провести констатирующий эксперимент;
4. Выявить уровень развития самооценки детей двух групп;
5. Проанализировать и оформить результаты исследования.

Мы провели диагностику детей по методике «Лесенка» (В.Г. Щур).

Результаты 1 группы представлены следующим образом:

Очень заниженную самооценку имеют 6,6% детей (1 ребёнок). Он выбрал 1 ступеньку, объяснив это тем, что родители постоянно ругают его. Следовательно, он считает, что он плохой. Согласно интерпретации результатов теста, выбор ребёнком 1 ступеньки свидетельствует о наличии сильного эмоционального стресса.

Заниженная самооценка отмечается 33,3% детей (5 человек). Дети объясняли это негативным отношением к ним сверстников либо взрослых: «Меня часто не берут в игру!», «Воспитатель часто ругает меня!».

Адекватная самооценка наблюдается у 13,3% (2 человека). Такие дети признали себя хорошими, но упомянули, что иногда их ругают, что значит, что они не всё делают правильно.

Завышенная самооценка наблюдается у 46,6% человек (7 детей). Такие дети признали себя самыми лучшими, оперируя при этом мнением их родителей.

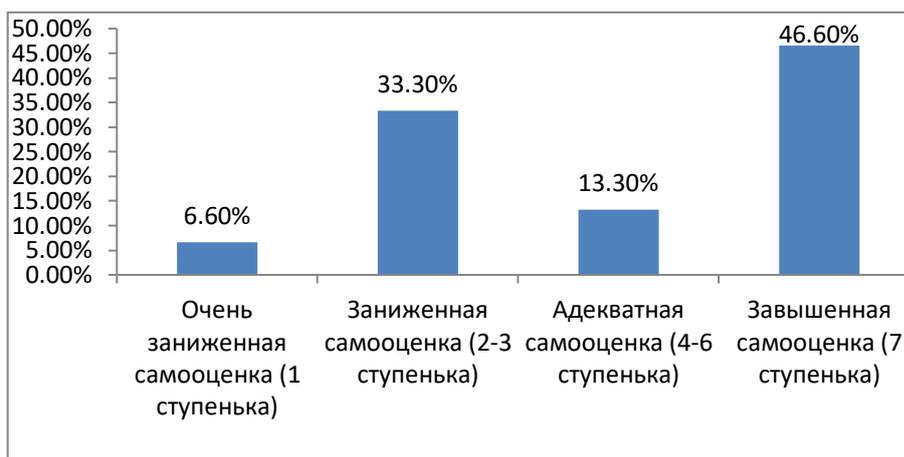


Рисунок 1. Гистограмма 1. Результаты исследования детей 1 группы по методике «Лесенка» (В.Г.Щур), констатирующий этап эксперимента

Результаты исследования 2 группы по данной методике представлены на гистограмме 2.

Как мы видим на гистограмме, очень заниженная самооценка наблюдается у 13,3% (2 человека). Эти дети в основном молчат, редко идут на контакт с малознакомыми взрослыми из-за сильного стеснения. Такие дети эмоционально зажаты: не склонны из-за стеснения открыто и ярко выражать свои эмоции.

Заниженная самооценка наблюдается у 40% детей (6 человек). Воспитатели описывают таких детей как тихих и скромных, предпочитающих одиночную игру.

Адекватная самооценка наблюдается у 13,3% детей (2 человека). Такие дети при признании собственных ошибок не начинают винить во всём себя.

«Я поступил плохо, но я могу исправиться» – будто бы говорит ребёнок.

Завышенная самооценка наблюдается у 33,3% детей (5 человек). Такие дети говорят о себе, что они самые хорошие, так как их всегда хвалят родители и воспитатели.

Итак, из результатов исследования можно сделать вывод о том, что у большинства детей из двух групп выявлена заниженная самооценка, проявляющаяся в том, что такие дети стеснительны, скромны, молчаливы. В основном они предпочитают играть в одиночестве, не стремятся первыми заводить знакомства в кругу сверстников.

Результаты исследования детей 2 группы представлены на гистограмме 2.

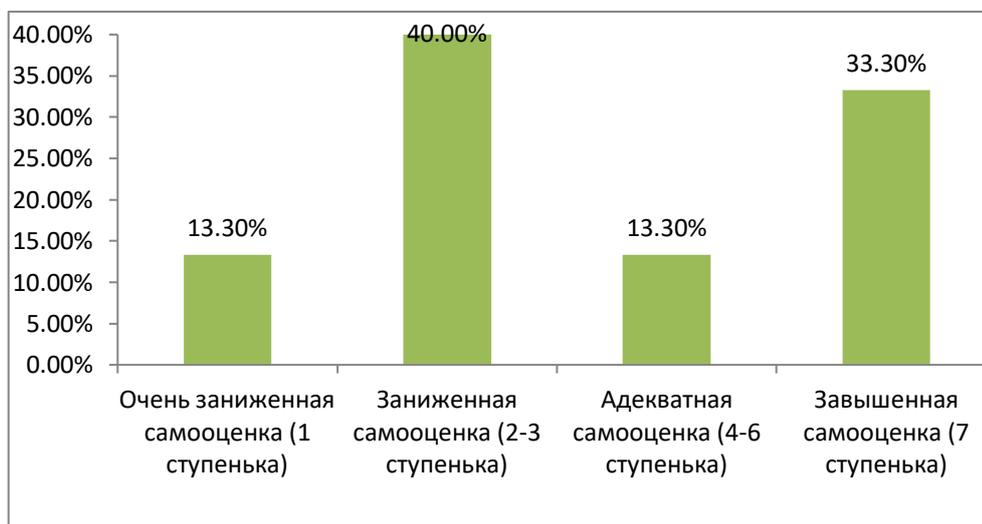


Рисунок 2. Гистограмма 2. Результаты исследования детей 2 группы по методике «Лесенка» (В.Г.Щур), констатирующий этап эксперимента

Мы провели диагностику детей по методике «Какой я?» (Р.С. Немов).

Данная методика исследования показала, что очень низкого уровня развития самооценки среди детей 1 группы не наблюдается.

Низкий уровень развития самооценки наблюдается у 33,3% детей (5 человек). Такие дети отметили, что они не очень послушны, не аккуратны, постоянно балуются. При этом в своих ответах они часто ссылались на

мнение воспитателя / родителей о них.

Средний уровень развития самооценки, приравниваемый к адекватной самооценке, наблюдается у 13,3% детей (2 человек). Эти дети считают себя добрыми, хорошими и послушными, но признают, что иногда их могут поругать.

Высокий уровень развития самооценки и очень высокий уровень развития самооценки наблюдается у 33,3% (5 человек) и у 26,6% (3 человека) соответственно. Эти дети считают себя хорошими, ответственными и послушными. Разница заключается лишь в том, что дети с высокой самооценкой порой выбирали вариант ответа «иногда». Это говорит о наличии у детей понимания, что иногда они всё же совершают те или иные проступки, то есть «идеальными» они себя назвать не могут. Дети с очень высоким уровнем развития самооценки считают себя лучшими абсолютно во всём.

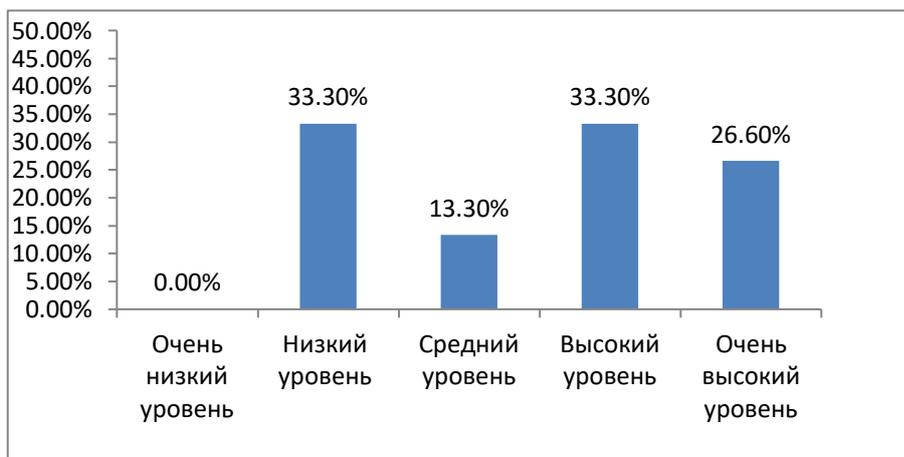


Рисунок 3. Гистограмма 3. Результаты исследования детей 1 группы по методике «Какой я?» (Р.С.Немов), констатирующий этап эксперимента

Результаты исследования детей 2 группы по данной методике представлены на гистограмме 4.

На данной гистограмме можно увидеть, что 6,6% человек (1 ребёнок) имеет очень низкий уровень развития самооценки. Такой ребёнок на многие

вопросы ответил «никогда». По словам воспитателей, он очень замкнут, не любит публичных выступлений, как правило, отказывается от заучивания стихотворений на утренники, предпочитает тихо говорить и дружит только с одним ребёнком из всей группы.

Низкий уровень развития самооценки наблюдается у 33,3% (5 человек). Такие дети в основном предпочитают общество друг друга, редко берут на себя инициативу в различных видах деятельности группы, не стремятся быть первыми, предпочитают отсидеться в стороне, пока лидеры группы дают ответы на вопросы воспитателя. Объясняют своё поведение следующим образом: «У меня не получится!», «Я не смогу!». На вопрос «Почему ты так думаешь?», чаще всего отвечают «Потому что у меня всегда не получается!».

Адекватная самооценка или средний уровень развития самооценки наблюдается у 20% детей (3 ребёнка). Эти дети спокойно допускают вероятность ошибок в той или иной деятельности, не боятся пробовать делать что-то новое.

Высокий и очень высокий уровень развития самооценки наблюдается у 26,6% (4 человека) и у 13,3% человек (2 человека) соответственно. Эти дети считают себя хорошими во всём, ссылаются на мнение о них родителей и воспитателей.

Таким образом, результаты проведения методики показывают нам, что как в первой, так и во второй группах преобладают дети с низкой самооценкой. Такие дети отличаются малообщительностью, стеснительностью, несамостоятельностью; в своей деятельности они стараются ориентироваться на своих сверстников. Дети не уверены в себе, судят себя слишком строго, объясняют это отношением к ним родителей и воспитателей.

Результаты исследования детей 2 группы представлены на гистограмме 4.

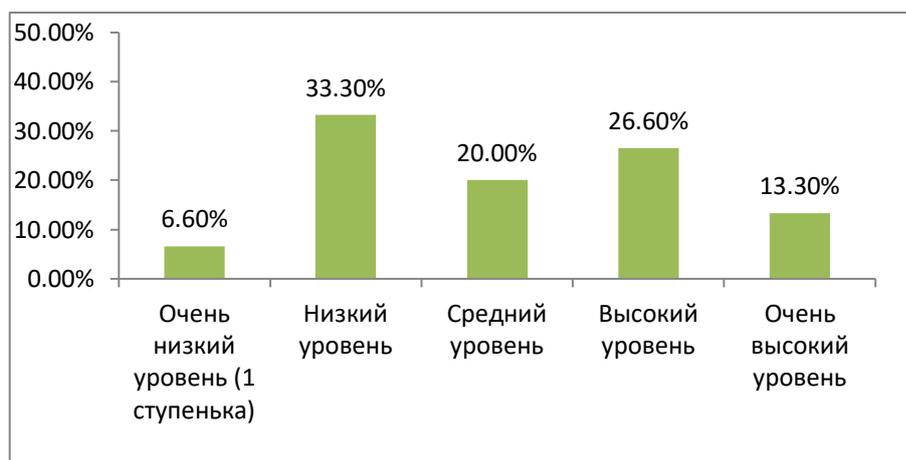


Рисунок 4. Гистограмма 4. Результаты исследования детей 2 группы по методике «Какой я?» (Р.С.Немов), констатирующий этап эксперимента

Мы провели диагностику детей по методике «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан).

Результаты исследования детей 1 группы показывают, что заниженная самооценка наблюдается у 40% человек (6 детей). Эти дети рисовали себя коричневыми и чёрными карандашами. Эти цвета, согласно интерпретации методики, можно отнести к «плохому» ребёнку.

Адекватная самооценка наблюдается у 20% детей (3 человек). Эти дети рисовали себя, используя все цвета, что говорит о том, что они относят себя и к «хорошим» и к «плохим». Объясняя это, они говорят, что всегда ведут себя хорошо, но иногда делают что-то не так, вследствие чего их ругают родители.

Завышенная самооценка, как и заниженная, так же наблюдается у 40% человек (6 детей). Эти дети нарисовали себя только яркими цветами, объясняя это тем, что с «плохими» детьми у них нет сходства.

Результаты исследования детей 1 группы представлены на гистограмме 5.

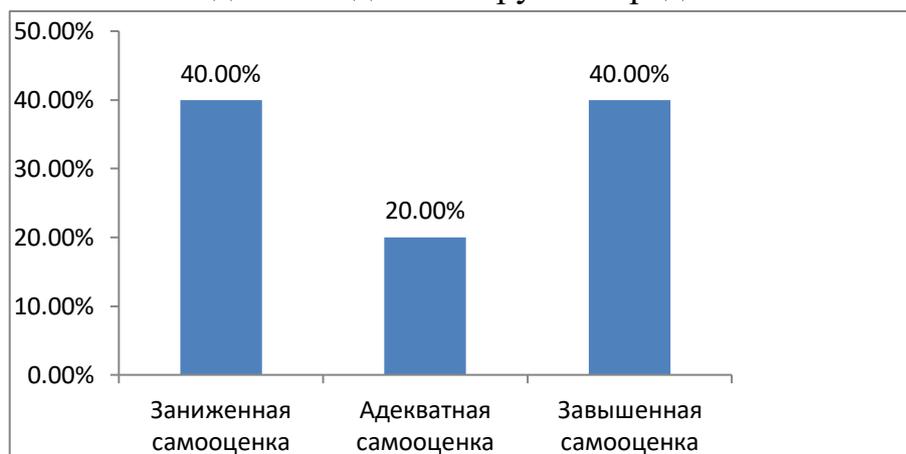


Рисунок 5. Гистограмма 5. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Нарисуй себя» (А.М.Прихожан), констатирующий этап эксперимента

Что касается 2 группы, результаты исследования показывают, что у 46,6% детей (7 человек) наблюдается заниженная самооценка. Такие дети предпочитают играть в спокойные игры, боятся публичных выступлений, резко реагируют на оценку их сверстниками или взрослыми. Воспитатели описывают этих детей как очень самокритичных, говорят, что они не верят в себя и поэтому не стремятся к успеху в том или ином виде деятельности.

У 13,3% детей (2 человека) отмечается адекватная самооценка. Эти дети общительны, с лёгкостью находят общий язык со сверстниками, самокритичны.

У 40% детей (6 человек) отмечается завышенная самооценка. Они, как правило, переоценивают свои возможности, однако не боятся пробовать новое. Они стараются быть успешными во всех видах деятельности. При возникновении неудачи у них наблюдаются выраженные эмоциональные реакции.

Результаты исследования детей 2 группы представлены на гистограмме 6:



Рисунок 6. Гистограмма 6. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан), констатирующий этап эксперимента

Полученные результаты проведённого нами исследования показывают, что как в первой, так и во второй группе испытуемых в основном встречаются дети с завышенной и с заниженной самооценкой. Адекватная самооценка у детей старшего дошкольного возраста наблюдается реже.

Детям с заниженной самооценкой присущи следующие особенности: стеснительность, молчаливость. Они с трудом находят контакт со сверстниками и взрослыми, предпочитают оставаться в тени. Эти особенности характера ярко проявляются на детских утренниках: дети предпочитают не учить стихотворения, чтобы рассказывать их на публике, не стремятся быть первыми при участии в конкурсах. Помимо этого, детям с заниженной самооценкой присущи замкнутость, эмоциональная зажатость, безынициативность.

Дети с завышенной самооценкой, наоборот, очень активны и инициативны. Они считают себя лучшими во всём, стремятся превзойти сверстников в любом виде деятельности. Такие дети, как правило, не критичны к успеху, а уровень их притязаний выше реальных возможностей.

Завышенная самооценка более характерна для младшего дошкольного возраста. В старшем дошкольном возрасте дети начинают ориентироваться на мнение о них педагогов, родителей и сверстников, и это мнение оказывает большое влияние на оценку детьми самих себя. Таким образом, самооценка ребёнка становится либо адекватной, либо неадекватной (завышенной или заниженной).

Наличие, как завышенной, так и заниженной самооценки предполагает наличие трудностей во всех сферах детской деятельности, и в дальнейшем

может отрицательно сказаться на приспособлении ребёнка к школьному коллективу. Такие особенности самооценки ребёнка могут приобрести устойчивый характер, и оказать большое влияние на дальнейшее обучение ребёнка. Именно поэтому важна работа с такими детьми.

### **Выводы по второй главе**

1. Для изучения особенностей самооценки детей старшего дошкольного возраста было проведено исследование, которое проходило на базе МАДОУ «Детский сад № 59» г. Красноярск. В исследовании были использованы следующие методики: Методика «Лесенка» В.Г. Щур (в модификации С.Г. Якобсон); методика «Какой я?» (Р.С.Немов); методика «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан).

2. Так, в результате проведения методики «Лесенка» (В.Г. Щур) мы выявили, что как в 1 группе, так и во 2 группе испытуемых преобладает количество детей с уровнем самооценки «очень заниженным» и «заниженным», что отражается на личностных характеристиках: дети стеснительны, малообщительны. Они предпочитают играть в небольших компаниях, инициативу в играх редко берут на себя.

По методике «Какой я?» Р.С. Немова как в 1, так и во 2 группах мы выявили детей с очень низким и низким уровнем самооценки. На многие вопросы об их качествах личности они отвечают «иногда такой» или «не знаю». Так же часто звучит ответ «нет».

Методика «Нарисуй себя» А.М. Прихожан показала, что большинство детей из 1 и из 2 группы имеют низкий уровень самооценки. Такие дети для своего автопортрета выбрали чёрный и коричневый цвета, более ярких оттенков у них на рисунке было меньше. Свой автопортрет они располагали либо внизу страницы, либо изображали его маленьким, что, согласно интерпретации результатов данного теста, свидетельствует о наличии

чувства неполноценности.

3. Данные, полученные в ходе исследования, позволяют утверждать, что как в 1, так и во 2 группах, преобладают дети с низким или заниженным уровнем самооценки. Из чего следует, что существует необходимость проведения развивающей работы по формированию адекватной самооценки у данной группы испытуемых. Таким образом, для формирования адекватной самооценки детей старшего дошкольного возраста нами была разработана психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста. Данная программа представлена в следующем параграфе нашей магистерской диссертации.

### **ГЛАВА 3. РЕАЛИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

#### **3.1 Научно – методологические подходы к развитию самооценки детей старшего дошкольного возраста**

Коррекционно– развивающая работа, объектом которой является самооценка детей старшего дошкольного возраста, должна строиться на понимании того, что важную роль в развитии самооценки играет личностный

и коллективный опыт ребёнка.

Представление о себе у старших дошкольников включает в себя отражение своих свойств, качеств и возможностей. При взаимодействии со сверстниками в ходе разнообразной деятельности, ребёнок копит сведения о своих возможностях и способностях. Таким образом, дошкольники получают новые знания о себе. Здесь имеет значение и социализация ребёнка, и сравнение им самого себя со сверстниками. При этом большое влияние на оценку ребёнком самого себя оказывают его близкие взрослые [37].

Опыт, который ребёнок приобретает в процессе сказкотерапевтических занятий, способствует повышению уровня самооценки, создаёт так называемый «психологический иммунитет», при котором ребёнок становится более устойчивым к проблемам в межличностном общении, учится с большей лёгкостью решать их [53].

На сказкотерапевтических занятиях дети проживают различные эмоциональные состояния, учатся вербализовывать собственные переживания [103]. Работа в группе приводит к улучшению взаимоотношений детей, к более глубокому пониманию ребёнком себя и своих сверстников.

Цель формирующего эксперимента – разработка и апробация психологической программы развития самооценки детей старшего дошкольного возраста с помощью метода сказкотерапии.

Понятие «коррекция» (лат. – *correctio*) в переводе с латинского языка означает поправку, частичное исправление или изменение. Комлев Н.Г. в своём словаре определяет коррекцию как изменение или совершенствование чего– либо [104]. Развитие представляет собой процесс достижения определенного уровня; это повышение качества чего-либо.

По мере развития практической психологии понятие «развивающая работа» стало все шире использоваться в возрастной психологии и психологической помощи по отношению к различным категориям детей [86].

Цели и направленность коррекционно-развивающей работы с самооценкой старших дошкольников определяются принципами, разработанными Л.С. Выготским (1991), А.Н. Леонтьевым (1975), Д.Б. Элькониным (2007). Эти принципы в своей работе приводит А. А. Осипова [83]:

Принцип единства диагностики и коррекции. Под этим принципом подразумевается, что эффективность коррекционной работы тесно связана с проведённой ранее диагностикой. На основе диагностической работы, комплексного изучения ребёнка формируются цели и задачи коррекции. На основе полученных данных психолог создаёт индивидуальный маршрут работы с ребёнком.

Деятельностный принцип коррекции. Данный принцип лежит в основе любой коррекционной работы с ребёнком. Для достижения успехов в коррекции важной является организация активной деятельности ребёнка. При реализации данного принципа создаются условия для ориентации в затруднительных ситуациях, создаётся специальная основа для сдвигов в развитии личности, имеющих положительный характер. Коррекционное воздействие всегда осуществляется в контексте той или иной деятельности, являясь средством, ориентирующим активность.

Принцип нормативности развития. Данный принцип означает, что на каждом возрастном этапе необходимо сравнивать уровень развития ребёнка с характеристиками нормы для данного возраста.

Принцип учета зоны ближайшего развития. Важно помнить, что личность ребёнка формируется не изолировано, а в системе социальных отношений, в тесной взаимосвязи с ней. Особенности поведения ребёнка в социуме, его взаимодействия со сверстниками и взрослыми, способы организации совместной деятельности, специфика осуществления коммуникации – всё это относится к социальной ситуации развития ребёнка и определяет его зону ближайшего развития [40].

Термины «зона ближайшего развития» и «зона актуального развития» были введены Л.С. Выготским. Под зоной актуального развития Л.С. Выготский подразумевал тот уровень, которого ребёнок достиг в процессе своего развития. Его можно выявить с помощью задач, которые ребёнок может решить самостоятельно. Зона ближайшего развития – это уровень возможного развития ребёнка, который можно выявить с помощью задач, решаемых ребёнком под руководством взрослого [32].

Принцип усложнения материала. Этот принцип объясняет схему предъявления детям заданий. Все задания, которые получает ребёнок в ходе работы, должны соответствовать разным уровням сложности. Важно начинать с более лёгких заданий, постепенно переходя к более сложным. При этом уровень сложности задания должен быть доступен конкретному ребёнку. Это будет способствовать поддержанию интереса к работе у ребёнка и даст возможность ребёнку испытать радость и гордость за себя при преодолении трудностей.

Принцип учета эмоциональной сложности материала. Эффективность работы с ребёнком, её продуктивность напрямую зависит от благоприятного эмоционального климата, фона, которые способны вызвать положительные эмоции и устранить ощущение дискомфорта.

Различные виды психологической работы с ребёнком предполагают необходимость взаимодействия психолога с его родителями. Педагогам детского сада важно осознать, что любая коррекционно– развивающая работа с ребёнком будет успешна лишь в случае тесного взаимодействия всех участников образовательного процесса (детей, родителей или их законных представителей, педагогических работников [91]). Психолог детского сада, как правило, на индивидуальных консультациях или на родительских собраниях доносит эту информацию до родителей.

В работе с родителями используются следующие формы:

- консультации;

- семинары;
- родительские собрания;
- различные психотерапевтические техники.

При осуществлении работы с родителями могут использоваться интерактивные методы для более полного понимания проблемы и нахождения эффективного её решения.

При составлении программы мы ориентировались на следующие требования:

- Чёткое формулирование целей и задач развивающей работы;
- Определение форм работы (индивидуальная, групповая или смешанная);
- Определение общего времени, необходимого для реализации психологической программы;
- Определение частоты проведения занятий (ежедневно, 1 раз в неделю, 2 раза в неделю);
- Определение длительности каждого занятия;
- Разработка психологической программы и определение содержания занятий;
- Подготовка необходимых материалов для развивающих занятий.

### **3.2. Содержание психологической программы развития самооценки детей старшего дошкольного возраста**

В результате изучения методической литературы по проблеме исследования и результатам констатирующего этапа эксперимента, нами была разработана и апробирована психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста.

#### *Пояснительная записка*

*Актуальность.* В настоящее время одной из проблем, которой

посвящаются психологические исследования, становится проблема формирования самооценки в дошкольном возрасте. Самооценка – это отношение индивида к самому себе, к своим возможностям и способностям. Адекватная самооценка положительно влияет на адаптацию ребёнка к школьному коллективу, на его способность преодолевать трудности и с лёгкостью устанавливать контакты со сверстниками. В дошкольном возрасте адекватная самооценка встречается реже всего, зачастую у детей можно встретить завышенную или заниженную самооценку. Если завышенная самооценка может положительно влиять на активизацию ребёнком своей деятельности, повышает стремление справляться с трудностями, и в какой-то степени относится к возрастной норме, то заниженная самооценка, как правило, способствует дезорганизации деятельности. Дети дошкольного возраста с заниженной самооценкой пассивны, склонны в каждом виде деятельности находить непреодолимые препятствия, обидчивы, боятся оказаться хуже других, и потому не всегда принимают участие в коллективных играх. Результаты констатирующего эксперимента показали наличие большого количества детей старшего дошкольного возраста с заниженной самооценкой. Данная психологическая программа позволит повысить уровень развития самооценки данного контингента детей. Программа имеет циклический характер: занятия с одинаковой целью повторяются. Такой способ используется для закрепления детьми полученных знаний.

*Цель:* психологическое развитие самооценки детей старшего дошкольного возраста посредством сказкотерапии.

*Задачи:*

1. формировать у детей адекватную самооценку и уверенность в собственных возможностях и способностях;
2. закреплять навыки положительных поведенческих реакций в коллективе;

3. мотивировать воспитанников на успех, избавить от страха перед оценением, от страха перед выступлениями на публике;

4. формировать опыт конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Данная программа разработана для старших дошкольников, имеющих низкую, заниженную или завышенную самооценку.

*Условия и формы организации реализации программы:*

Данная программа рассчитана на 24 занятия, продолжительностью 30 минут. Периодичность проведения занятий – два раза в неделю. Срок проведения программы – 3 месяца. Форма проведения занятий – групповая.

*Методы и техники:*

Разработанная нами программа включает в себя арт-терапию: сказко-игротерапию, а также релаксационные упражнения.

Направления работы с детьми с низкой или заниженной самооценкой.

1. Изменение внутренней позиции ребёнка.
2. Формирование положительной самооценки, положительного представления о себе.
3. Создание условий для преодоления зажатости и безынициативности.
4. Снятие эмоционального напряжения путём проведения разминок, релаксационных упражнений.
5. Развитие умения устанавливать контакт со сверстниками. Создание доверительной атмосферы между воспитанниками, формирование доброжелательного отношения друг к другу.

*Структура занятия:*

1. Ритуал приветствия – позволяет задать положительный настрой занятия, понять в каком настроении находятся дети.
2. Основная часть занятия – эта часть занятия включает в себя упражнения и игры, исходящие из цели занятия.

3. Релаксация. Проводится либо в середине, либо в конце занятия.

В середине занятия для того, чтобы переключить внимание ребёнка с одного вида деятельности на другую. В конце занятия, чтобы дать ребёнку отдохнуть, и, таким образом, завершить основную часть занятия.

4. Рефлексия – после каждого занятия в группе проводится рефлексия. Детям предоставляется возможность рассказать о том, что понравилось или не понравилось на занятии, с какими эмоциями они покидают пройденное занятие, как они оценивают свою работу на данном занятии. Рефлексия дает возможность понять, насколько эффективно прошло занятие.

В таблице 1 представлено тематическое планирование психологической программы развития самооценки детей старшего дошкольного возраста методом сказкотерапии.

Таблица 1

#### Тематический план занятий

№ занятия	Задачи занятия	Содержание занятия	Время занятия
1	Установление доброжелательной	Игра – знакомство «Круг имён»	30 минут

	атмосферы в группе.	Упражнение «Мой любимый сказочный герой».	
2	Развитие доверительных отношений между участниками группы, ввод детей в сказкотерапию.	Игра «Ручеёк» Викторина «В гостях у сказки» Психодинамическая медитация «Заколдованная фигура»	30 минут
3	Стимуляция раскрытия своего «Я», формирование положительного отношения к себе, умения выражать свой характер с опорой на художественное изображение.	Сказка «Пропало имя» Упражнение «Портрет моего имени» Релаксационное упражнение «Спящий котёнок»	30 минут
4	Снятие эмоционального напряжения, развитие доверительных отношений между участниками группы.	Упражнение «Тучки» Релаксационное упражнение «Штанга» Упражнение «Нарисуй за меня»	30 минут

Продолжение таблицы 1.

№ занятия	Задачи занятия	Содержание занятия	Время занятия
5	Развитие уверенности в	Сказка «Маленький	30

	своих силах, самостоятельности. Работа над развитием адекватной самооценки.	воронёнок» Упражнение «Я научу тебя» Релаксационное упражнение «Кулачки»	минут
6	Формирование у детей положительных эмоциональных реакций по отношению к себе, развитие адекватной самооценки, формирование желания нравиться себе и другим людям.	Сказка «Про ёжика Витю» Упражнение «Какой я?» Релаксационное упражнение «Шишки»	30 минут
7	Стимуляция раскрытия своего «Я», развитие доверительных отношений с участниками группы, развитие умения выражать свой характер с опорой на художественное изображение.	Сказка «Хвостатик» «Волшебный шар» Релаксационное упражнение «Лимон»	30 минут
8	Снятие эмоционального напряжения, развитие доверительных отношений между участниками группы.	Упражнение «Рисуем на ладошках». Релаксационное упражнение «Марионетки» Упражнение «Дождик»	30 минут

Продолжение таблицы 1.

№ занятия	Задачи занятия	Содержание занятия	Время занятия
-----------	----------------	--------------------	---------------

9	Работа с чувством неполноценности, предотвращение трудностей в общении со сверстниками. Развитие самостоятельности, детской инициативы.	Творческая работа по мотивам сказки. Придумывание сказки, создание героев, кукольный театр.	30 минут
10	Развитие уверенности в своих силах, самостоятельности. Работа над развитием адекватной самооценки.	Сказка «О весёлом Памси» Упражнение «Кто скажет больше добрых и тёплых слов?» Релаксационное упражнение «Пружинки»	30 минут
11	Формирование у детей положительных эмоциональных реакций по отношению к себе, развитие адекватной самооценки, формирование желания нравиться себе и другим людям.	Сказка «Кенгурёнок Вася» Упражнение «Клеевой дождик» Релаксационное упражнение «Кораблик»	30 минут

Продолжение таблицы 1.

№	Задачи занятия	Содержание занятия	Время
---	----------------	--------------------	-------

занятия			занятия
12	Стимуляция раскрытия своего «Я», развитие доверительных отношений с участниками группы, развитие умения выразить свой характер с опорой на художественное изображение.	Сказка «Ловкая Лапка» Упражнение «Я сегодня вот такой» Релаксационное упражнение «Шарик»	30 минут
13	Снятие эмоционального напряжения, развитие доверительных отношений между участниками группы.	Упражнение «Злые и добрые кошки». Релаксационное упражнение «Четыре стихии». Упражнение «Художники– фантазёры»	30 минут.
14	Развитие уверенности в своих силах, самостоятельности. Работа над развитием адекватной самооценки.	Сказка «Случай в лесу» Упражнение «Ветер дует на того». Релаксационное упражнение «Олени»	30 минут
15	Формирование у детей положительных эмоциональных реакций по отношению к себе, развитие адекватной самооценки, формирование желания нравиться себе и другим людям.	Упражнение «Я волшебник» Релаксационное упражнение	30 минут

Продолжение таблицы 1.

№ занятия	Задачи занятия	Содержание занятия	Время занятия
16	Работа с чувством неполноценности, предотвращение трудностей в общении со сверстниками. Развитие самостоятельности, детской инициативы.	Творческая работа по мотивам сказки. Додумывание конца сказки.	30 минут
17	Стимуляция раскрытия своего «Я», развитие доверительных отношений с участниками группы, развитие умения выразить свой характер с опорой на художественное изображение.	Сказка «Широкое небо» Упражнение «Мы очень любим» Релаксационное упражнение «Солнышко и тучка»	30 минут
18	Снятие эмоционального напряжения, развитие доверительных отношений между участниками группы.	Упражнение «Месим тесто» Релаксационное упражнение «Чо– чо– чо» Упражнение «Птички»	30 минут
19	Развитие уверенности в своих силах, самостоятельности. Работа над развитием адекватной самооценки.	Сказка «О маленькой зубной фее» Упражнение «Угадай, о ком говорим» Релаксационное упражнение «3»	30 минут

## Продолжение таблицы 1.

№ занятия	Задачи занятия	Содержание занятия	Время занятия
20	Формирование у детей положительных эмоциональных реакций по отношению к себе, развитие адекватной самооценки, формирование желания нравиться себе и другим людям.	Сказка «Приключение резиновой чашки» Упражнение «Фоторобот» Релаксационное упражнение «Тень»	30 минут
21	Стимуляция раскрытия своего «Я», развитие доверительных отношений с участниками группы, развитие умения выражать свой характер с опорой на художественное изображение.	Сказка «Нужная вещь» Упражнение «Умел, умею и буду уметь» Релаксационное упражнение «Цветы и дождь»	30 минут
22	Снятие эмоционального напряжения, развитие доверительных отношений между участниками группы.	Упражнение «Цветок– имя» Релаксационное упражнение «Качели» Упражнение «Котята»	30 минут

Окончание таблицы 1.

№ занятия	Задачи занятия	Содержание занятия	Время занятия
23	Работа с чувством неполноценности, предотвращение трудностей в общении со сверстниками. Развитие самостоятельности, детской инициативы.	Творческая работа по мотивам сказки. Инсценировка сказки.	30 минут
24	Завершающее занятие; подведение итогов занятий.	Упражнение «Волшебный мешочек» Упражнение «По выбору» Упражнение «Скажи доброе пожелание»	30 минут

Ожидаемые результаты:

1. Формирование у детей адекватной самооценки.
2. Развитие у ребёнка положительного отношения к самому себе, уверенности в себе.
3. Развитие умения выражать свои чувства.
4. Развитие умения устанавливать контакт со сверстниками, закрепление навыков положительных поведенческих реакций в коллективе.
5. Снятие эмоционального напряжения путём проведения разминок, релаксационных упражнений.

### **3.3. Контрольный эксперимент и его анализ**

Цель контрольного этапа исследования – определение эффективности психологической программы развития самооценки детей старшего

дошкольного возраста.

Для проверки эффективности проведённой развивающей работы нами было проведено повторное психодиагностическое исследование. На контрольном этапе эксперимента нами использовались те же методики, которые применялись на первом этапе работы. Полученные результаты были проанализированы и даны нами в сравнении с целью определения эффективности программы.

В результате контрольного этапа эксперимента нами были получены следующие результаты.

Результаты исследования по методике «Лесенка» (В.Г. Щур) контрольной группы представлены на гистограмме 7.

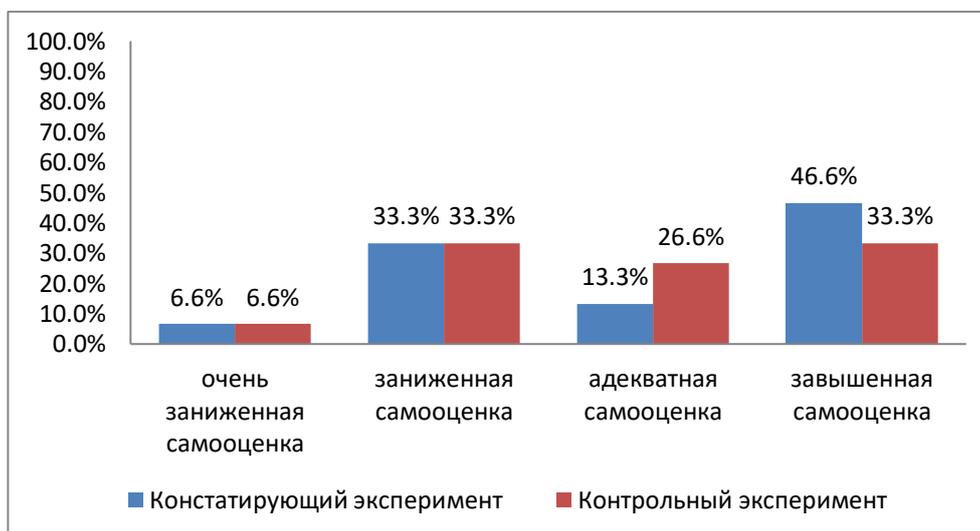


Рисунок 7. Гистограмма 7. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Лесенка» (В.Г. Щур), контрольный этап эксперимента

Как видно из гистограммы, 6,6% детей (1 воспитанник) обладает очень заниженной самооценкой. На констатирующем этапе эксперимента данный показатель выглядел аналогичным образом: так же, как на констатирующем этапе эксперимента, на контрольном этапе эксперимента ребёнок сказал, что родители и воспитатель постоянно его ругают, именно поэтому он считает себя «плохим». Отмечается, что он молчалив, скромн, не любит шумных

игр, волнуется при ответе на занятиях в детском саду, несамостоятелен, всегда старается ориентироваться на действия других воспитанников.

33,3% детей (5 воспитанников) на контрольном этапе эксперимента так же, как и на констатирующем этапе, имеют заниженную самооценку. Эти дети оставались, как и прежде, тихими, стеснительными, предпочитающими играм в компаниях игры в одиночку. Однако, по сравнению с ребёнком из категории «очень заниженная самооценка», эти дети чуть менее критичны к себе и однозначно «плохими» себя назвать не могут.

Показатель количества детей, имеющих адекватную самооценку, по сравнению с данными, полученными на констатирующем этапе эксперимента, повысился с 13,3% детей (2 человека) до 26,6% (4 человек). Такие дети самокритичны, самостоятельны, общительны. Они осознают, что не всё могут сделать хорошо и правильно, однако у них есть стимул стремиться к большему и учиться, если что-то не получается.

Соответственно, изменился показатель количества детей, имеющих завышенную самооценку. Если на констатирующем этапе эксперимента этот показатель был выявлен у 46,6% детей (7 детей), то на контрольном этапе эксперимента он снизился до 33,3% детей (5 человек). Дети с завышенной самооценкой, как и прежде, считают, что они во всём правы, стремятся к управлению другими детьми и копируют позицию взрослого по отношению к ним.

Итак, результаты диагностики по данной методике позволяют говорить о том, что количество детей с низкой и заниженной самооценкой не изменилось. Дети, как и на констатирующем этапе эксперимента, скованны и зажаты, самокритичны и неуверенны в себе. Предпочитают играть в одиночку, несамостоятельны в принятии решений.

Количество детей с завышенной самооценкой снизилось. Если по результатам констатирующего эксперимента, 7 человек имели завышенную самооценку, то на контрольном этапе этот показатель изменился до 5

человек. Об этом свидетельствует то, что дети стали оценивать себя более реалистично, более критично относиться к себе. Это можно объяснить и возрастной нормой (у некоторых детей к 7 годам развивается адекватная самооценка в конкретных видах деятельности), и тем, что помимо детского сада, дети ходят на дополнительные кружки. Ситуации успеха и неуспеха, переживаемые ими, привели к развитию самокритичности. Эти дети стали говорить, что они лучшие, но лучшие не во всём; что-то у них получается, а что-то не получается.

Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Лесенка» В.Г. Щур представлены в гистограмме 8.

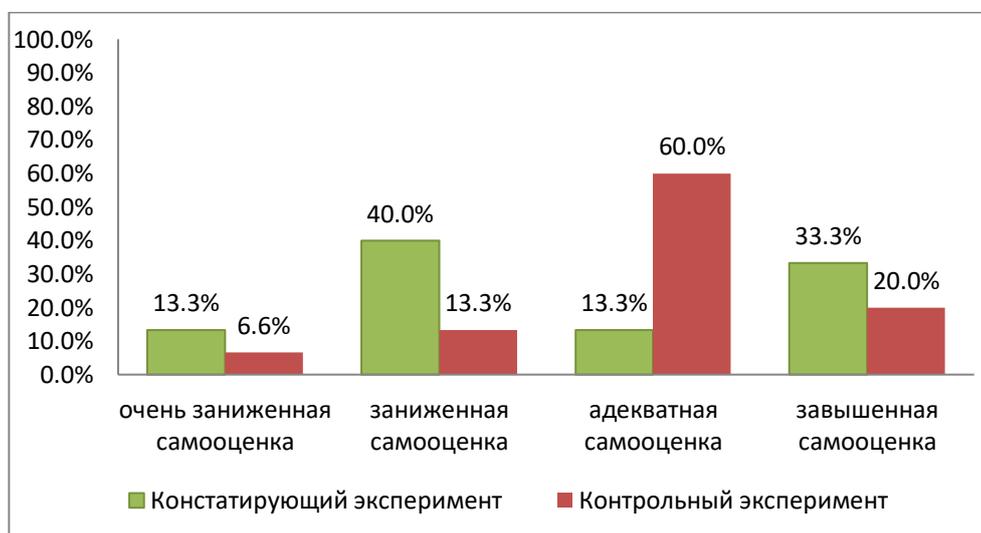


Рисунок 8. Гистограмма 8. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Лесенка» В.Г. Щур, контрольный этап эксперимента

Как мы видим на гистограмме 8, на констатирующем этапе эксперимента 13,3% детей (2 воспитанника) имели очень заниженную самооценку. На контрольном этапе эксперимента этот показатель снизился, и был выявлен у 6,6% детей (1 ребёнок). Для ребёнка с очень заниженной самооценкой так же характерна молчаливость, сильное стеснение, страх неудачи и общая неуверенность в себе. Ребёнок, который из категории «очень заниженная

самооценка» перешёл в категорию «заниженная самооценка» так же скромн и неуверен в себе, однако отмечается, что у него налажился контакт со сверстниками. По словам воспитателей, теперь такой ребёнок реже играет один, и больше предпочитает игры в небольших группах (2-3 человека), чувствуют себя так комфортнее, нежели раньше.

Количество воспитанников с показателем самооценки «заниженная» снизилось с 40% детей (6 человек) до 13,3% детей (2 человека). Воспитанники, оставшиеся в категории «заниженная самооценка», стали более положительно отзываться о себе, однако, как показывает данная методика, большинство трудностей с самооценкой вызваны проблемами в семейных отношениях. Дети говорят, что родители часто ругают их. В данном случае, по выявленному у них более положительному настрою относительно себя и своей деятельности, можно говорить об успехе развивающей работы.

Количество воспитанников с адекватной самооценкой увеличилось с 13,3% детей (2 воспитанника) до 60% детей (9 воспитанников). Эти дети стали более уверенными в себе, более общительными и инициативными. Научились более реалистично оценивать себя и свою деятельность. Дети с завышенной самооценкой, перешедшие в категорию «адекватная самооценка» стали более внимательными к другим, научились менее завышенно оценивать свои возможности.

Количество воспитанников с завышенной самооценкой изменилось. Выявленный на констатирующем этапе эксперимента показатель детей с завышенной самооценкой в 33,3% (5 человек) снизился до 20% (3 человека). Дети, оценивающие себя с завышенной позиции, по-прежнему, считают себя лучше других. Однако стоит отметить, что отмечаются их способности к сопереживанию, появилось чувство общности с участниками группы. Это поспособствовало улучшению взаимоотношений между детьми, развитию чувства эмпатии.

Данные результаты свидетельствуют о том, что уровень самооценки детей экспериментальной группы стал более близок к адекватному. Отмечается, что дети, у которых уровень самооценки повысился с заниженного до адекватного стали более уверенными в себе и инициативными. Расширился их круг общения, их отношение к успехам и неудачам стало более адекватным.

Дети, у кого уровень самооценки изменился с завышенного до адекватного, стали более критичны к себе. Теперь про них можно сказать, что они скорее стремятся к самореализации, нежели к превосходству над другими. Быть самыми лучшими теперь для них не главный мотив деятельности.

Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Какой я?» (Р.С. Немов) представлены на гистограмме 9.

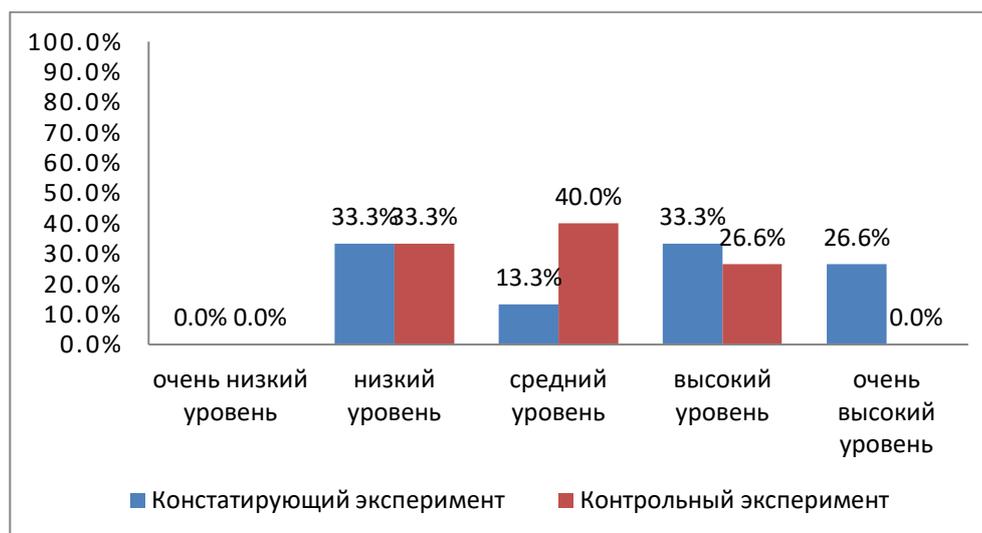


Рисунок 9. Гистограмма 9. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Какой я?» (Р.С. Немов), контрольный этап эксперимента.

Как мы видим на гистограмме 9, количество детей с очень низким уровнем самооценки на контрольном этапе эксперимента, так же, как и на констатирующем, выявлено не было.

Количество детей с низким уровнем самооценки не изменилось. Выявленные на констатирующем этапе эксперимента 33,3% детей (5 человек), отмечены и на контрольном этапе. В своих рассуждениях при ответе на вопрос дети оперируют представлениями о них воспитателей и родителей, на большинство вопросов отвечают «нет» (не послушные, не аккуратные, «очень невнимательные»).

Количество детей со средним уровнем самооценки увеличилось. На констатирующем этапе эксперимента данный показатель был равен 13,3% (2 воспитанника). На контрольном этапе эксперимента показатель вырос до 40% (6 воспитанников). Это так же можно объяснить возрастными особенностями: активно развивается самосознание ребёнка, дети учатся анализировать себя и свою деятельность, сравнивать свою деятельность с деятельностью других. Эти дети стали более адекватно оценивать самих себя вследствие того, что увидели свою неуспешность в том или ином виде деятельности, следовательно, осознали, что они лучшие не во всём, как считали на констатирующем этапе эксперимента.

Соответственно, изменился показатель количества детей с высокой самооценкой. С 33,3% детей (5 человек) с высокой самооценкой, показатель снизился до 26,6% детей (4 человека). Детей с очень высокой самооценкой на контрольном этапе эксперимента выявлено не было, в то время как на констатирующем этапе эксперимента было выявлено 26,6% воспитанников (4 человека).

Таким образом, показатель количества детей с заниженной самооценкой не изменился. Дети, как и прежде, отличаются низким уровнем самостоятельности в принятии решений, ориентируются на сверстников в своей деятельности больше, чем на самих себя. Они боятся заводить новые знакомства, предпочитают тихие и спокойные игры, зачастую играют в одиночестве.

Показатели количества детей с высоким и очень высоким уровнем самооценки изменились. Дети с высокой самооценкой более реалистично (ближе к адекватной самооценке) оценивают себя, стремятся к анализу своей деятельности.

Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Какой я?» Р.С. Немова представлены в гистограмме 10.

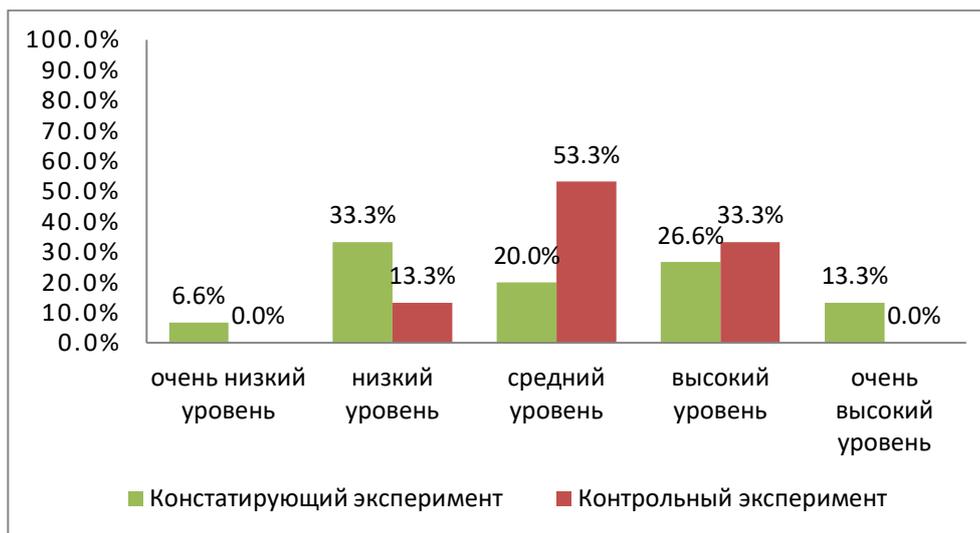


Рисунок 10. Гистограмма 10. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Какой я?» (Р.С. Немов), контрольный этап эксперимента

Как мы видим по гистограмме 10, количество детей с низким и заниженным уровнем самооценки существенно изменилось. На констатирующем этапе эксперимента было выявлено 6,6% детей (1 ребёнок) с очень низким уровнем самооценки. На контрольном этапе эксперимента этот показатель стал равен нулю. Если в ходе проведения констатирующего этапа эксперимента воспитатель характеризовал ребёнка как очень замкнутого, то при проведении контрольного этапа эксперимента объяснял, что ребёнок стал более общительным. По-прежнему остаются трудности в виде тихой речи, нежелания выступать на публике или дать ответ на задание в условиях занятия в детском саду, однако, ребёнок начал стремиться к

поиску контактов в группе сверстников, более комфортно стал чувствовать себя в играх в компании. У него исчезла скованность и зажатость.

Низкий уровень самооценки на констатирующем этапе эксперимента был выявлен у 33,3% (5 человек), на контрольном этапе данный показатель снизился до 13,3% (2 человека). Отмечается, что дети стали более положительно отзываться о себе, однако продолжают чувствовать себя неуверенно при публичных выступлениях. По сравнению с констатирующим этапом эксперимента, дети стали более инициативными и общительными, что видно по развитию их отношений с другими участниками группы.

Соответственно, вырос показатель количества детей со средним уровнем самооценки. Если на констатирующем эксперименте было выявлено 20% детей (3 человека), то на контрольном этапе эксперимента данный вид самооценки был обнаружен у 53,3% детей (8 человек). Отмечается, что дети стали более общительными и уверенными в себе. Дети научились более реалистично оценивать себя. По словам воспитателей, у детей постепенно проходит страх ошибки, они начали стремиться выполнять более сложные задания, а не специально искать простые, заведомо понимая, что с лёгкостью выполнят их. Исчез страх быть первыми в той или иной игре.

Количество детей с высоким уровнем самооценки повысилось с 26,6% детей (4 человека), выявленных на констатирующем этапе эксперимента, до 33,3% детей, выявленных на контрольном этапе эксперимента. Эти дети считают себя лучшими во многом, ссылаются на слова родителей о них. При этом они стали более дружелюбными и общительными, улучшились их взаимоотношения с участниками группы.

Количество детей с очень высоким уровнем самооценки так же снизилось с 13,3% (2 человека) до нуля.

Таким образом, можно сделать вывод, что количество детей с очень низким и заниженным уровнем самооценки по сравнению с констатирующим этапом эксперимента значительно сократилось. Дети стали более адекватно

оценивать себя и свою деятельность, они стали более общительными. Улучшились их взаимоотношения с другими воспитанниками группы. Дети стали положительно отзываться о себе, в их ответах на вопросы появилось больше уверенности «Да, я послушный!».

Количество детей с высоким и очень высоким уровнем самооценки также снизилось. В ходе работы дети учились более критично относиться к своей деятельности и более адекватно оценивать себя. Теперь они обдумывают вопрос экспериментатора, прежде чем ответить на него более честно, тогда как раньше отвечали с ходу, стараясь добавить, что самыми лучшими, добрыми и хорошими их считают родители и воспитатели.

Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан) представлены следующим образом:

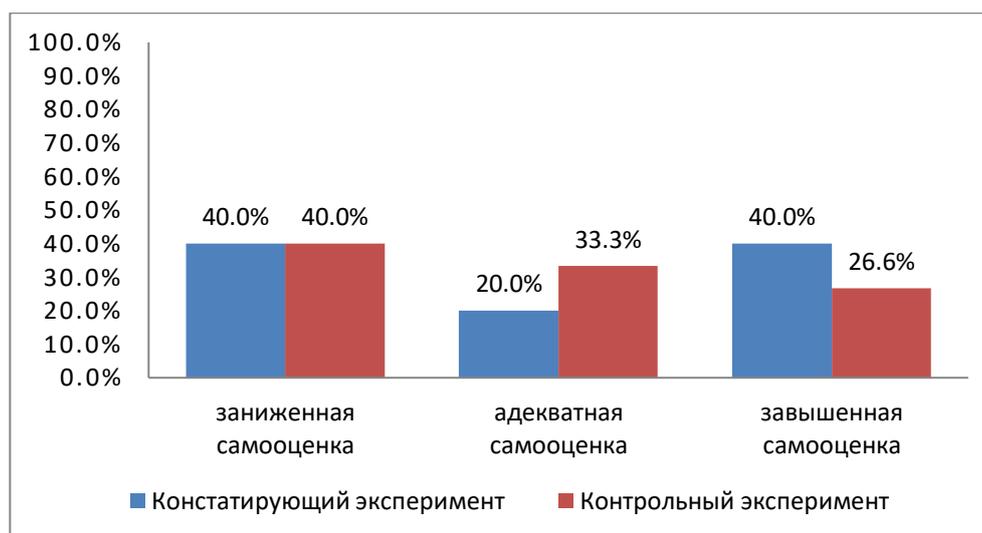


Рисунок 11. Гистограмма 11. Результаты исследования детей контрольной группы по методике «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан), контрольный этап эксперимента.

Как мы видим из гистограммы 11, у испытуемых контрольной группы показатель, характеризующий заниженную самооценку, не изменился. На констатирующем этапе эксперимента он составлял 40% (6 человек), на контрольном этапе мы видим те же 40% детей (6 человек) с заниженной

самооценкой. Изображая рисунок, дети в основном работали темными карандашами, ярких цветов в их рисунках было меньше. Для интерпретации результатов имеет значение размер и расположение рисунка на листе. Так, многие изображали самого себя маленьким, или помещали его в один из углов листа (что интерпретируется как желание сбежать, избежать чего-то, спрятаться).

Количество детей с адекватной самооценкой увеличилось с 20% (3 человека) до 33,3% (5 человека). Рисунки детей были нарисованы яркими цветами и располагались посередине листа. Это можно охарактеризовать как положительное самоотношение.

Детей с завышенной самооценкой так же стало меньше. На констатирующем этапе эксперимента было выявлено 40% детей (6 человек), на контрольном этапе уже 26,6% (4 человека). Эти дети изображали себя яркими цветами, рисунки занимали почти весь лист бумаги.

Результаты свидетельствуют о том, что количество детей с заниженной самооценкой не изменилось. Как и на констатирующем этапе эксперимента, на контрольном мы отмечаем, что дети использовали в своих рисунках в основном темные цвета. Ни у одного ребёнка рисунок человека не находился в центре листа, мелким деталям рисунка дети не придавали значение, забывая нарисовать их.

Количество детей с адекватной и завышенной самооценкой изменилось. Это объясняется тем, что, согласно возрастной психологии, в 6-7-летнем возрасте самосознание ребёнка активно развивается, и к 7-8 годам завышенная самооценка изменяется и становится более адекватной. Однако, как показывает контрольный эксперимент, не у каждого ребёнка такое изменение происходит. Именно поэтому проводить работу по развитию самооценки детей необходимо.

Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Нарисуй себя» представлены в гистограмме 12.

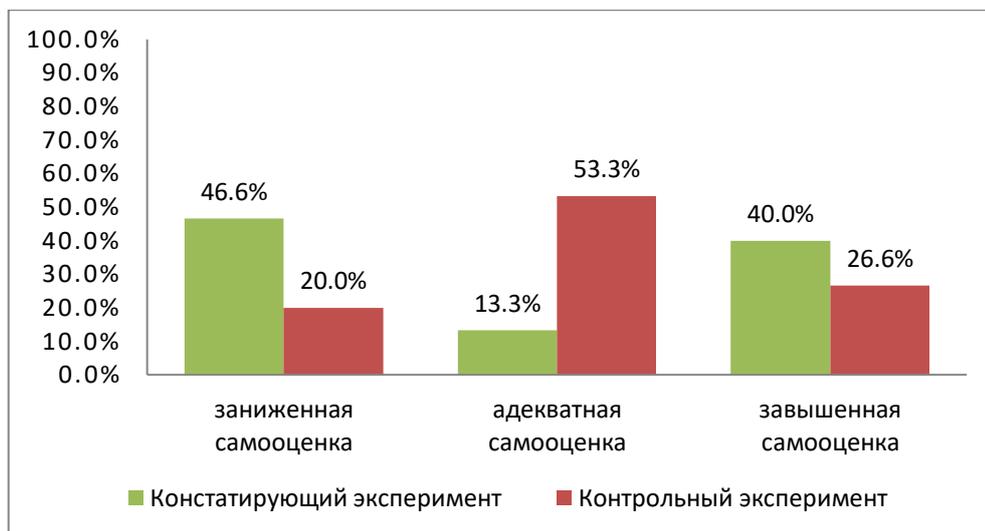


Рисунок 12. Гистограмма 12. Результаты исследования детей экспериментальной группы по методике «Нарисуй себя» (А.М. Прихожан), контрольный этап эксперимента.

Как мы видим из гистограммы 12, до проведения развивающей работы заниженная самооценка наблюдалась у 46,6% детей (7 человек). Данный показатель на контрольном этапе эксперимента снизился до 20% детей (3 человека). Здесь можно сказать и о небольшом размере рисунка, о изображении его не по середине листа. Так же в рисунках детей с заниженной самооценкой присутствовали перечёркивания, что говорит конфликтном (тревожном) отношении ребёнка к рисуемому им персонажу.

Количество детей с адекватной самооценкой увеличились с 13,3% (2 человека) до 53,3% (8 человек). Рисунки детей стали более яркими и красочными. Появилось много сходства с нарисованным ими хорошим человеком. В рисунках присутствует много деталей. Рисунки располагались по центру листа, размер рисунка самого себя совпадал с размером рисунка «хорошего человека». По сравнению с констатирующим этапом эксперимента, на контрольном этапе дети не зачёркивали и не перечёркивали свои рисунки.

Завышенная самооценка на констатирующем этапе эксперимента

наблюдалась у 40% детей (6 человек). На контрольном этапе эксперимента этот показатель снизился до 26,6% (4 человека). Как и в контрольной группе, в экспериментальной группе у этих детей мы видим большие размеры рисунка, использование большого количества ярких цветов. Высказывания детей во время рисования так же дают представление о характере их самооценки. Так, к примеру, одна девочка говорила, что «нарисует корону, потому что она принцесса», а один мальчик повторял, что «Я такой большой, потому что я много что умею делать».

Полученные результаты свидетельствуют о том, что уровень самооценки детей значительно изменился. Отмечается развитие положительного отношения детей к самим себе, улучшилось их самовосприятие, самооценка стала более адекватной. Помимо этого, улучшились взаимоотношения детей друг с другом.

Количество детей с низкой или заниженной самооценкой заметно сократилось. Если до начала развивающей работы многие дети отличались малообщительностью, стеснительностью, не слишком хорошим представлением о себе, что проявлялось не только в словах, но и в детских рисунках, то после проведения развивающей работы количество таких детей снизилось. Важно отметить, что дети стали более открытыми и инициативными.

В результате проведённого исследования мы установили, что в контрольной группе значительных изменений по результатам контрольного этапа эксперимента не наблюдается. Эти дети, по-прежнему, стеснительны, скромны, молчаливы. В основном они предпочитают играть в одиночестве, не стремясь первыми заводить знакомства в кругу сверстников, боятся публичных выступлений.

В экспериментальной группе наблюдается положительная динамика: самооценка детей старшего дошкольного возраста приблизилась к адекватной. Снизилось количество детей с низкой и высокой самооценкой,

увеличилось количество детей с адекватной самооценкой. Помимо этого, стоит отметить, что детей с завышенной самооценкой, по сравнению с констатирующим этапом эксперимента, так же стало меньше.

Дети, самооценка которых стала выше и приблизилась к адекватной, стали увереннее при общении со сверстниками или с воспитателями; они стали более решительны, что проявляется в ходе непосредственной образовательной деятельности в детском саду или при проведении праздников. Задачи, которые заведомо кажутся им сложными, они не стремятся отбросить, а приступают к их решению, зная, что при необходимости могут попросить помощи; ранее сложные задачи сразу их отталкивали. Детям всё так же важна оценка взрослого, однако теперь они не зависят от неё полностью.

Дети, самооценка которых с завышенной снизилась до более адекватной, стали меньше стремиться к превосходству над другими детьми, к управлению ими. Эти дети стали более сговорчивы, теперь они не считают себя однозначно лучшими во всём, а стремятся к рефлексии своей деятельности и признанию ошибок. Их взаимоотношения с группой улучшились.

Здесь имеет значение развивающая работа, проводимая с этими детьми и направленная, помимо развития самооценки, на развитие взаимоотношений со сверстниками и чувства принадлежности к группе через организацию совместной деятельности на равных правах. Помимо этого, согласно возрастным особенностям, к концу старшего дошкольного возраста самооценка детей постепенно приближается к адекватной, так что снижение количества детей с завышенной самооценкой так же можно объяснить возрастной нормой.

Исходя из результатов повторного исследования, можно сделать вывод о том, что разработанная нами психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста эффективна.

Поставленные цели и задачи были достигнуты.

### **Выводы по третьей главе**

1. В третьей главе выпускной квалификационной работы нами была разработана и апробирована психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста. Программа была рассчитана на 3 месяца и включала в себя 24 занятия. Занятия проводились посредством метода сказкотерапии. Помимо этого, на занятиях активно применялись игровые упражнения ввиду того, что ведущей деятельностью в дошкольном возрасте является игровая деятельность, а также релаксационные упражнения. Все эти техники, применяемые совместно, позволили осуществить цель работы: провести развивающую работу, направленную на формирование адекватной самооценки детей. Программа включала в себя следующие направления работы: формирование адекватной самооценки, положительного представления о себе; развитие уверенности в себе; создание условий для преодоления зажатости и безынициативности; снятие эмоционального напряжения путём проведения разминок, релаксационных упражнений, развитие умения устанавливать контакт со сверстниками, создание доверительной атмосферы между воспитанниками, формирование доброжелательного отношения друг к другу.

2. Нами был проведён формирующий этап эксперимента, представляющий собой разработку и апробацию психологической программы развития самооценки детей старшего дошкольного возраста. После формирующего этапа эксперимента нами был проведён контрольный этап. По результатам контрольного этапа эксперимента мы установили, что в контрольной группе у детей значительных изменений в показателях низкой и заниженной самооценки выявлено не было. Для многих из них остались характерными малообщительность, безынициативность и стеснительность.

Часто от детей можно было услышать «Я не смогу, у меня не получится!». В экспериментальной группе наблюдается положительная динамика: увеличилось количество детей, имеющих адекватную самооценку. Результаты диагностики показали, что значительно снизилось количество детей, имеющих низкий уровень самооценки. Дети стали более уверенными в себе, что положительно сказалось на их взаимоотношениях со сверстниками. Дети стали положительно отзываться о себе, постепенно научились не бояться трудностей, и фраза «Я не смогу» всё реже стала исходить от них.

3. Полученные результаты свидетельствуют о том, что разработанная нами психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста оказалась эффективной.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В настоящее время изучение особенностей самооценки детей, и в частности, самооценки дошкольников, становится актуальной темой для научных работ, так как многие научные исследования доказывают необходимость формирования адекватной самооценки у детей, и показывают влияние неадекватных форм самооценки на дальнейшее развитие личности ребёнка и его приспособление к школьному коллективу.

Самооценка как один из компонентов самосознания оказывает большое влияние на развитие личности ребёнка. Изучению самооценки в дошкольном возрасте посвящены исследования Л.И. Божович, Р. Бернса, О.А. Белоборыкиной, А.К. Болотовой, М.И. Лисиной, А.И. Сильвестру, Е.Е. Кравцовой, Т.А. Репиной, Г.А. Урунтаевой и других.

В результате анализа психолого-педагогической литературы мы установили, что самооценка – это определённое отношение человека к самому себе, к своим возможностям и способностям. Это своеобразная динамичная система, которая определяет формирование положительной или отрицательной структуры намерений и поступков личности.

В старшем дошкольном возрасте активно развивается самосознание ребёнка. В данный возрастной период ребёнок постепенно осознаёт своё место среди других людей, учится осознавать и обобщать свои переживания.

Осознанная дифференциация самооценки происходит именно в старшем дошкольном возрасте. Дети сравнивают свою самооценку в разных видах деятельности. Исследователи отмечают, что в этот период для детей характерна неодинаковая степень объективности самооценки. Так, у старших дошкольников может встречаться завышенная, заниженная или адекватная самооценка.

На самооценку ребёнка большое влияние оказывают особенности

деятельности ребёнка, знания ребёнком своих умений и наличие опыта оценки этих умений, степень понимания ребёнком критериев оценки в конкретной области.

В результате констатирующего этапа эксперимента нам удалось выяснить, что как в 1 группе, так и во 2 группе испытуемых выделяются дети, имеющие низкий или заниженный уровень самооценки. Эти дети неуверенны в себе, стеснительны и молчаливы. Их так же можно охарактеризовать как ведомых, малообщительных и безинициативных. Дети с данными видами самооценки с трудом принимают решения, скорее стараясь ориентироваться на мнение других воспитанников; боятся братья за решение сложных задач, заведомо считая, что не справятся с ними. На занятиях в детском саду не стремятся отвечать, не тянут руку, волнуются, когда их спрашивает воспитатель.

Для формирования адекватной самооценки детей старшего дошкольного возраста нами была разработана психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста.

Программа была рассчитана на 3 месяца и включала в себя 24 занятия. В основу занятий легла сказкотерапия – один из эффективных методов работы с детьми дошкольного возраста. Помимо этого, на занятиях активно применялись игровые упражнения ввиду того, что ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте является игровая деятельность. Так же нами применялись релаксационные упражнения.

Программа включала в себя следующие направления работы: изменение внутренней позиции ребёнка; формирование адекватной самооценки, положительного представления о себе; развитие уверенности в себе; создание условий для преодоления зажатости и безынициативности; снятие эмоционального напряжения путём проведения разминок, релаксационных упражнений, развитие умения устанавливать контакт со

сверстниками, создание доверительной атмосферы между воспитанниками, формирование доброжелательного отношения друг к другу.

В результате контрольного этапа эксперимента мы установили, что в контрольной группе у детей значительных изменений в показателях самооценки зафиксировано не было. Для детей всё также была характерна низкая или заниженная самооценка. Была отмечена стеснительность, неуверенность в себе, нерешительность. Они не стремятся к сотрудничеству и не могут постоять за себя.

В экспериментальной группе наблюдалась положительная динамика в изменении показателя самооценки, в увеличении количества детей, имеющих адекватную самооценку. Результаты диагностики показали, что значительно сократилось количество детей, имеющих низкий или заниженный уровень самооценки.

Дети стали более общительными и инициативными, улучшились их взаимоотношения со сверстниками. Они стали положительно отзываться о себе. Их самооценка стала более реалистичной. Дети перестали бояться браться за выполнение какого-либо задания или упражнения из страха не справиться с ним. Наоборот, у них появилось желание выполнять более сложные задания. У них появилась настойчивость в достижении поставленных целей. Они стали более активными и уравновешенными.

Итак, полученные результаты свидетельствуют о том, что разработанная нами психологическая программа развития самооценки детей старшего дошкольного возраста оказалась эффективной. Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод о том, что поставленная гипотеза подтвердилась. Поставленные задачи были выполнены в полной мере.

**БИБЛИОГРАФИЯ**

1. Авдеева Н. Коррекция нарушения образа себя в дошкольном возрасте: коррекционно– педагогические проблемы дошкольного образования// Дошкольное воспитание. – 2003. – № 3 – с. 147.
2. Агарагимова В.К., Т.Г. Гаджимагомедова, Р.Ю. Ибрагимова Развитие самооценки детей старшего дошкольного возраста как фактор подготовки к обучению в школе // МНКО. 2020. №4 (83). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-samootsenki-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta-kak-faktor-podgotovki-k-obucheniyu-v-shkole> (дата обращения: 06.10.2024).
3. Азимова Р.Н. Социально– психологическая природа самооценки и ее нравственный аспект. Известия АПАз СССР, 1969. № 3.
4. Акрушенко, А. В., Ларина, О. А., Катарьян, Т. В. Психология развития и возрастная психология: учебное пособие. / А. В. Акрушенко, О. А. Ларина, Т. В. Катарьян, Т. В. – Москва: Эксмо, 2018. – 128 с.
5. Александровская, Э. М. Личностные особенности младших школьников, испытывающих трудности в обучении / Э. М. Александровская // Психология учебной деятельности школьников. – 2019. – №11. – С. 17– 25
6. Алиходжаева Г. С. Формирование самооценки у детей старшего дошкольного возраста //Results of National Scientific Research International Journal. – 2022. – Т. 1. – №. 6. – С. 260– 265.
7. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Ленинград,1968.
8. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И. Н. Андреева. – Новополюцк: ПГУ, 2011. – 388 с.
9. Архиреева, Т. В. Самооценка академической компетентности младших школьников [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование: Электронный журнал – 2021. – №.5. – С. 12– 20

10. Аспер, К. Внутренний ребёнок и самооценка / К. Аспер. – М.: Добросвет, 2008. – 137 с.
11. Бабаева Т.И. Ситуации выбора как средство развития детей старшего дошкольного возраста в образовательном процессе детского сада // Инновационные процессы в дошкольном образовании: Сборник научных статей по материалам междунар. научно– практ. конференции, 3–5 октября 2012 г. – СПб.: Изд– во РГПУ им. А.И. Герцена, 2012. – С. 82–91.
12. Бандура, Альберт. Теория социального научения / Альберт Бандура. – Санкт- Петербург: Евразия, 2000. – 318 с.
13. Белкина В.Н. Психология раннего и дошкольного детства: учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – Москва, 2015. – 220 с.
14. Белобрыкина О.А. Психологические условия и факторы развития самооценки личности на ранних этапах онтогенеза: Автореферат канд. психол. наук. Новосибирск, 2000
15. Бернс, Р. Развитие Я– концепции и воспитание/ Р. Бернс. – Москва: Прогресс, 2006. – 420 с.
16. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – Москва, 2004.– С.136
17. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии. 1979. № 4
18. Болотова, А.К. Развитие самосознания личности: временной аспект // Вопросы психологии. – 2006. – №.2. – 116 – 126с.
19. Большой психологический словарь под ред. Б. Г. Мещерякова и В. П. Зинченко. — 4– е изд., расширенное. — Санкт– Петербург: Прайм– ЕВРОЗНАК, 2009. — 811 с.
20. Бороздина, Лидия Васильевна. Исследование уровня притязаний: Учеб. пособие / Л. В. Бороздина. – 4. изд., доп. – Москва: Психология, 2000. – 181

21. Васина Е.Н. Новый приём и средство развития самосознания ребёнка /Е.Н. Васина// Школьные технологии. – 2021. – № . – С. 146– 149.
22. Викторова О.Е., Образцова К.М. К вопросу о формировании самооценки старших дошкольников с нарушением зрения в игре // МНИЖ. 2020. №9– 2 (99). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-formirovaniimootsenki-starshih-doshkolnikov-s-narusheniem-zreniya-v-igre> (дата обращения: 06.10.2024).
23. Водовозова Е.Н. Царство свободного ребенка: избранные статьи о воспитании / сост. Н.А. Виноградова, Н.В. Микляева. – М.: Карапуз, 2009.
24. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6– ти т. Т. 5. Основы дефектологии. Москва, 1983
25. Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский / Под ред В.В. Давыдова. – Москва: Педагогика. 1992. – 480 с.
26. Гавердовская П. Самооценка, самосознание, самоподдержка или почему не будет «все хорошо»? [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://gaverdovskaya.ru/public/old/story1784.htm> (дата обращения: 03.10.2018).
27. Галкина Т.В. Самосознание и самооценка человека: теория, диагностика, коррекция. В 3 ч. Часть I / Самосознание и самооценка детей и подростков: Ученое пособие для студентов вузов / Т.В.Галкина. Москва: Изд–во Московского гуманитарного университета, 2011б. – 208 с
28. Головин, С.Ю. Словарь психолога – практика / С.Ю. Головин. – Москва: Харвест, 2007. – 976 с
29. Горфинкель В. А. особенности самооценки у старших дошкольников в аспекте детско– родительских отношений //Electronic scientific magazine “System integration in public health services”. – 2022. – С. 89.
30. Гулятьева О.А., Туркина А.В. Пакет диагностических материалов для педагогов ДОО с интерактивным модулем. Определение взаимосвязи самооценки и готовности детей к школ. – Санкт – Петербург, 2022. – 45 с.

31. Деина М.Г. Особенности самооценки детей дошкольного возраста с разным типом привязанности к матери // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2020. №11– 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-samootsenki-detey-doshkolnogo-vozrasta-s-raznym-tipom-privyazannosti-k-materi> (дата обращения: 07.10.2024).

32. Детская логопсихология: учеб. пособие для студ. Вузов, обучающихся по спец. «Спец. дошк. педагогика и психология» / под ред. В.И. Селиверстова. – Москва: ВЛАДОС, 2008. – 175 с.

33. Детство в современном мире – 2022: Материалы Всероссийской (с международным участием) студенческой научно– практической конференции, Пермь, 19–20 мая 2022 года / Редколлегия: Л.В. Коломийченко, О.Р. Ворошнина, О.Н. Гончарова– Тверская. – Пермь: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Пермский государственный гуманитарно– педагогический университет", 2022. – 640 с.

34. Джемс У. Психология. М., 1991.

35. Дмитриева, Н. Ю. Общая психология. Конспект лекций. / Н. Ю. Дмитриева : ЭКСМО, 2007. — 128 с.

36. Дудьев Василий Петрович. Психомоторика : словарь – справочник / В. П. Дудьев. – Москва: Владос 2008. – 366 с.

37. Езин В.С. Теоретические представления о самооценке в современной науке // Теория и практика современной науки. 2018. №1 (31). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-predstavleniya-o-samootsenki-v-sovremennoy-nauke> (дата обращения: 17.06.2024).

38. Заплавская, Е. П. Формирование адекватной самооценки у детей старшего дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения / Е. П. Заплавская, Н. А. Грищенко // Дополнительное профессиональное образование педагогических кадров в контексте

акмеологических идей: Материалы II Международной электронной научно–практической конференции. В 4–х томах, Донецк, 18 октября – 2022 года / Под редакцией Л.А. Деминской, Ю.А. Романенко. Том 4. Часть 1. – Донецк: Государственное образовательное учреждение дополнительного педагогического образования «Донецкий республиканский институт дополнительного педагогического образования», 2021.

39. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. Серия «Психология ребенка». – Санкт-Петербург: «Издательство СОЮЗ», 2000. — 448 с;

40. Захарова А. В. Структурно– динамическая модель самооценки //Вестник практической психологии образования. – 2012. – Т. 9. – №. 4. – С. 113– 120.

41. Захарова А.В. Психология формирования самооценки / А.В. Захарова. – Минск, 1993. – 100 с. – 5,8 усл. печ. л. – В экземпляре № 9491 имеется автограф Захаровой А.В.

42. Захарова, Аида Васильевна. Генезис самооценки: автореферат дис. ... доктора психологических наук: 19.00.07 / АПН СССР. НИИ общ. и пед. психологии. – Москва, 1989. – 44 с.

43. Зейгарник Б.В. Теория личности Курта Левина / Б. В. Зейгарник. – Москва: Изд– во МГУ, 1981.

44. Зинкевич– Евстигнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии. Санкт- Петербург: «Речь», 2000. 310 с.

45. Зинкевич– Евстигнеева Т. Развивающая сказкотерапия – Санкт- Петербург, 2006. – 125 с.

46. Зинкевич– Евстигнеева Т.Д. Основы сказкотерапии. Санкт- Петербург, 2007.– С.56.

47. Зинкевич– Евстигнеева, Т.Д. Психотерапия зависимостей. Метод сказкотерапии» – Санкт- Петербург: Речь, 2011.– 256с.

48. Зинкевич– Евстигнеева, Т.Д. Путешествие в страну сказок, практическое пособие Москва, 2009.– 216с.
49. Исенова З.Р. Коррекция самооценки детей старшего дошкольного возраста посредством сказкотерапии: дис. Психолого– педагогическое образование: 44.04.02. – Омск, 2015. – 85 с.
50. Использование сказкотерапии в коррекции личностного развития детей // Инфоурок URL: <https://infourok.ru/ispolzovanie-skazkotterapii-v-korrekcii-lichnostnogo-razvitiya-detey-1965438.html?ysclid=lw52a7vy23904750783> (дата обращения: 01.05.2024).
51. Кашавцева Д.И. Сказкотерапия как метод психологической коррекции для детей дошкольного возраста // Журнал "1 сентября". Педагогические и образовательные статьи. – 2023
52. Кон И.С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. Москва: Политиздат, 1984.
53. Кондратьева Е.И. Формирование самооценки у детей старшего дошкольного возраста // Открытый урок. Первое сентября. – 27.05.2020
54. Корнеева Т. П. Сказкотерапия как метод диагностики и психотерапии // Форум. Серия: Гуманитарные и экономические науки. 2016. № 1(7). С. 144–148.
55. Коррекция самооценки детей старшего дошкольного возраста // STUDYLIB URL: [https://studylib.ru/doc/2638421/korrekcija-samoocenki-detej-starshego-doshkol\\_nogo-vozrasta](https://studylib.ru/doc/2638421/korrekcija-samoocenki-detej-starshego-doshkol_nogo-vozrasta) (дата обращения: 05.04.2024).
56. Коррекция страхов у детей посредством сказкотерапии// Библиофонд. URL: <https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=731968> (дата обращения: 11.04.2023).
57. Кочеткова Татьяна Николаевна Самооценка дошкольника как индикатор благополучия семейных отношений// Общество: социология, психология, педагогика. 2020. №5. URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/samootsenka-doshkolnika-kak-indikator-blagopoluchiya-semeynyh-otnosheniy> (дата обращения: 06.10.2024).

58. Красникова Е.А. Особенности самооценки детей дошкольного возраста/Е.В.Красникова; Науч. Рук. С.Г. Нагоненко. – Екатеринбург, 2013. – Режим доступа: [https://studbooks.net/676712/psihologiya/osobennosti\\_samootsenki\\_detey\\_doshkolnom\\_vozraste](https://studbooks.net/676712/psihologiya/osobennosti_samootsenki_detey_doshkolnom_vozraste) – (Дата обращения 13.04.2024).

59. Кротова, Е.В. Влияние сверстников на формирование самооценки детей старшего дошкольного возраста/ Е.В. Кротова.– Москва, 2015. – Режим доступа: [www.filippok.tomsk.ru/about-us/our-publications/27-statya-krotovoj-e-v-vliyanie-sverstnikov-na-formirovanie-samootsenki-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta](http://www.filippok.tomsk.ru/about-us/our-publications/27-statya-krotovoj-e-v-vliyanie-sverstnikov-na-formirovanie-samootsenki-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta) – (Дата обращения 15.04.2024).

60. Кулиш, В. В. Понятие и виды самооценки детей младшего школьного возраста / В. В. Кулиш // Наука и образование в контексте глобальной трансформации: сборник статей III Международной научно-практической конференции, Петрозаводск, 21 апреля 2022 года. – Петрозаводск: Международный центр научного партнерства «Новая Наука» (ИП Ивановская И.И.), 2022. – С. 75– 80.

61. Курбатова А.С., Пухова А.Г., Беяева Т.К. Изучение самооценки как актуальное направление психолого- педагогических исследований // Перспективы науки и образования. – 2019 – № 1(37). Стр. 251 – 261. DOI: <https://www.doi.org/10.32744/pse>.

62. Липкина А.И. Самооценка школьника. М.: 1976.

63. Лисина М.И., А. И. Силвестру. Психология самооценки дошкольников. Ответственный редактор кандидат психологических наук А. Г. Рузская КИШИНЕВ «ШТИИНЦА» 1983... [Источник: <https://psychlib.ru/mgppu/LPs-1983/LPs-112.htm>]

64. Литвинцева Л. А. Сказка как средство воспитания дошкольника. Использование приемов сказкотерапии. Санкт– Петербург: Детство– Пресс, 2012. 137 с.
65. Малахова А. Н. Развитие личности ребенка. Психолого– педагогическая работа со сказкой. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО– ПРЕСС», 2015. — 224 с.
66. Марицинкова, Т.Д.История детской психологии: Учебник для студ. пед. вузов. – Москва: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2012. – 272 с.
67. Маслоу А. Мотивация и личность / Абрахам Г. Маслоу; [Пер. с англ. Татлыбаева А. М.]. – Санкт- Петербург: Евразия, 1999. – 479 с.
68. Матюхина М.В. Возрастная и педагогическая психология: Уч. пособие для студентов пед. ин– тов по спец. «Педагогика и методика начального обучения» / М.В. Матюхина, Т.С. Михальчик, Н.Ф. Прокина [и др.]. – М.: Просвещение, 1984. – 256 с.
69. Маценко, Л. Н. Сказкотерапия как средство профилактики и коррекции страхов у детей старшего дошкольного возраста / Л. Н. Маценко, Н. А. Степанова // Международный студенческий научный вестник. – 2017. – № 6. – С. 131.
70. Мелещенко С. Я., Сидиропуло К. Н. Психолого– педагогические условия формирования адекватной самооценки детей старшего дошкольного возраста //Образование и наука в современных реалиях. – 2023. – С. 53– 55.
71. Методика «Лесенка» автор В.Г.Щур // Образовательная социальная сеть URL: <https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2023/12/11/metodika-lesenka-avtor-v-g-shchur> (дата обращения: 27.04.2024).
72. Минакова С. С., Николаева А. А., Савченко И. А. Особенности коммуникативных навыков агрессивных детей // Бюллетень науки и практики. 2019. Т. 5. №7. С. 395– 401. <https://doi.org/10.33619/2414-2948/44/51>

73. Михальченко, К. А. Психологическая сказка как средство развития самосознания / К. А. Михальченко // Молодой ученый. — 2011. — № 12 (35). — Т. 2. — С. 62– 66. — URL: <https://moluch.ru/archive/35/4060/> (дата обращения: 27.05.2024).
74. Молчанова О.Н. Низкая самооценка: восемь проблем. — 2012
75. Молчанова, О.Н. Самооценка: теоретические проблемы и эмпирические исследования/ учебное пособие / Молчанова О.Н. — Москва: Флинта, 2010. — 392 с.
76. Мухина, В.С. Возрастная психология: Учебник для студентов / В.С. Мухина. — Москва: Академия, 2010. — 456 с.
77. Мясищев В.Н. Психология отношений. Москва: МПСИ, МОДЭК, 2011. 400 с.
78. Некрасова Т.Ю. Особенности реагирования в ситуации «угрозы Я» в зависимости от типа самооценки: дис. на соискание ученой степени кандидата психологических наук Психология наук: 19.00.01 . — Москва, 2015. — 178 с.
79. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. — 4-е изд. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. — Кн. 3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. — 640 с.
80. Николаева И. А., Вершинина В. В., Силакова М. М. Особенности самооценки у тревожных детей старшего дошкольного возраста //Мир науки. Педагогика и психология. — 2022. — Т. 10. — №. 5. — С. 2.
81. Николаева Ирина Александровна, Вершинина Валерия Владиславовна, Силакова Марина Михайловна Особенности самооценки у тревожных детей старшего дошкольного возраста // Мир науки. Педагогика и психология. 2022. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-samootsenki-u-trevozhnyh-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 06.10.2024).

82. Огольцова Е. Г. «Молодой учёный». № 48 (182) . Декабрь 2017 г. — 162 с.
83. Осипова А.А. Общая психокоррекция. – Москва, 2002.
84. Особенности проявления самооценки у детей старшего дошкольного возраста. // Инфоурок URL: <https://infourok.ru/osobennosti-proyavleniya-samoocenki-u-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta-2219225.html> (дата обращения: 12.05.2024).
85. Пашкина, Е. А. Сказкотерапия как метод психокоррекционной работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста / Е. А. Пашкина, И. А. Ганичева // Молодой ученый. – 2015. – № 22.1 (102.1). – С. 152– 154. – URL: <https://moluch.ru/archive/102/23241/> (дата обращения: 24.05.2024).
86. Пекелис В.Д. Твои возможности, человек. Москва: Знание, 1986. 272 с.
87. Поддьяков Н. Н. Особенности психического развития детей дошкольного возраста. Москва, 2010. 198 с.
88. Позина М.Б. Компаративистский подход в исследовании когнитивной самооценки// Культурно– историческая психология. 2008. № 2. С.74– 82.
89. Позина М.Б. Психология и педагогика: Учебное пособие / Науч. ред. И.Ф.Неволин. М.: Университет Натальи Нестеровой, 2001. – 97 с
90. Полети Р., Доббс Б. Самооценка. Основное благо. М.: Изд. дом Мещерякова, 2008.
91. Постановление Правительства Российской Федерации от 12.09.2008 г. № 666. 12 сентября 2008. Об утверждении Типового положения о дошкольном образовательном учреждении. Правительство российской федерации. Постановвление от 12 сентября 2008 г. N 666. г. Москва.
92. Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 N 1028 Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного

образования (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 N 71847) «Федеральная образовательная программа дошкольного образования» от 25.11.2022 № 1028 // Официальный интернет– портал правовой информации. – 2022 г. – с изм. и допол. в ред. от 28.12.2022.

93. Римашевская, Л. С. Изучение особенностей самооценки дошкольника на пороге школы / Л. С. Римашевская, О. Г. Рокицкая // Непрерывное образование в Санкт– Петербурге. – 2021. – № 1(13). – С. 72–78.

94. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога: Учебное пособие в 2– х книгах М.: Владос,– 2008.– 480с

95. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / Карл Р. Роджерс ; пер. с англ. М. М. Исениной ; общ. ред. и предисл. [с. 5–33] Е. И. Исениной. – Москва: Прогресс : Универс, 1994. – 479, [1] с.; 20 см.

96. Роль сказкотерапии в коррекции страхов детей дошкольного возраста // Урок.РФ URL: [https://xn--j1ahfl.xn--plai/library/rol\\_skazkoterapii\\_v\\_korrekcii\\_strahov\\_detej\\_doshko\\_074135.html?ysclid=lwodosvs9m999886462](https://xn--j1ahfl.xn--plai/library/rol_skazkoterapii_v_korrekcii_strahov_detej_doshko_074135.html?ysclid=lwodosvs9m999886462) (дата обращения: 25.04.2024).

97. Романова Ю. В., Коробкова А. А., Кудинова В. В. Особенности формирования самооценки у детей старшего дошкольного возраста //Педагогика, психология, общество: от теории к практике: материалы III Всерос. науч.– практ. конф.(Чебоксары, 20 дек. 2023 г.)/редкол.: ЖВ Мурзина [и др.]–Чебоксары: Среда. – 2023. – С. 353– 355.

98. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. В 2 т. Москва,1989

99. Рубинштейн С.Л. Принципы и пути развития психологии. Москва, 1978

100. Самооценка детей дошкольного возраста. // Allbest URL: [https://revolution.allbest.ru/psychology/00673871\\_0.html](https://revolution.allbest.ru/psychology/00673871_0.html) (дата обращения: 15.05.2024).

101. Самофалова О. А., Долганина В. В. Значение игровой деятельности в формировании самооценки старших дошкольников // Научное сообщество студентов. Междисциплинарные исследования. – 2022. – С. 37.

102. Сафаралиева Р. А. Формирование адекватной самооценки старших дошкольников в процессе игровой деятельности // модели и методы повышения эффективности инновационных исследований. – 2022. – С. 204–207.

103. Сафаралиева Р.А. Роль родителей в формировании самооценки ребёнка старшего дошкольного возраста // Молодёжная наука – первый шаг в науку большую: Сборник статей II Международной научно– практической конференции, Петрозаводск, 08 ноября 2022 г. 0 Петрозаводск: Международный центр научного партнёрства «Новая наука», 2022.

104. Сафаралиева Разият Айнудиновна Исследование особенностей влияния семьи на самооценку детей старшего дошкольного возраста: практические результаты // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2023. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-osobennostey-vliyaniya-semi-na-samoosenku-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta-prakticheskie-rezultaty> (дата обращения: 07.10.2024).

105. Сафаралиева Разият Айнудиновна Теоретические подходы к формированию самооценки у детей старшего дошкольного возраста // Современное педагогическое образование. 2023. №11. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-podhody-k-formirovaniyu-samoosenki-u-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 06.10.2024).

106. Селевко, Г. К. Современные образовательные / Г. К. Селевко. – Москва: Народное образование, 1998. – 256 с.

107. Серeda, И.П. Формирование уверенного поведения у детей дошкольного возраста / И.П.Серeda // Дошкольная педагогика. – 2018. – № 1(136).– С.61– 63.

108. Сидоров К.Р. Самооценка в психологии / К.Р. Сидоров // Мир психологии. – М.: 2006. – №2. С. 224– 234
109. Сказкотерапия для детей. – Режим доступа: <http://psihomed.com/skaskoterapiya-dlya-detey/> (дата обращения: 15.10.23)
110. Сказкотерапия как средство развития эмоциональной сферы детей дошкольного возраста // Открытый урок. Первое сентября. URL: <https://urok.1sept.ru/articles/417294> (дата обращения: 09.05.2024).
111. Словарь иностранных слов: [более 4500 слов и выражений] / Н. Г. Комлев. – Москва: Эксмо, 2006 (Тверь: Тверской полиграфкомбинат). – 669 с.
112. Солнцева Л.И. Психология детей с нарушением зрения (детская тифлопсихология). Учебник для вузов. – Москва: Классикс Стиль, 2006 г., 256 с.
113. Сопочкина О. А. Особенности самооценки младших школьников // Современная образовательная среда: теория и практика. – 2018. – С. 105–106.
114. Спиркин А.Г. Сознание и самосознание / А.Г. Спиркин. – Москва, 2009г. – 160с.
115. Стебенева Н. Н. Сказкотерапия как инструмент психодиагностики и психокоррекции в дошкольном возрасте // Сборник научных статей. – 2022. – С. 131.
116. Столин В. Самосознание личности. Москва: Изд-во Моск.ун-та, 1983.
117. Строгова Н. А. Сказкотерапия для детей дошкольного и младшего школьного возраста: пособие для психологов, педагогов и родителей. Москва: Владос, 2018. 87 с.
118. Тажутдинова, Г. Ш. Изучение проблемы детской тревожности / Г. Ш. Тажутдинова. // Международный научный журнал «Символ науки». – 2016. – № 9. – С. 67– 71.

119. Терещук, К. К. Развитие самооценки детей старшего дошкольного возраста / К. К. Терещук // Наука, общество, технологии: проблемы и перспективы взаимодействия в современном мире: Сборник статей VII Международной научно– практической конференции, Петрозаводск, 17 ноября 2022 года. – Петрозаводск: Международный центр научного партнерства «Новая Наука» (ИП Ивановская И.И.), 2022. – С. 82–87.

120. Урунтаева Г.А. Дошкольная психология: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. Заведений – 5– е изд., стереотип. – Москва: Издательский центр «Академия», 2001. – 336 с.

121. Уснатдинова Джумагуль Шараповна Уровни адекватной самооценки у детей старшего дошкольного возраста // International scientific review. 2022. №LXXXVI. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/urovni-adekvatnoy-samoosenki-u-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 06.10.2024).

122. Усова А.П. Воспитание общественных качеств у ребёнка в игре /А.П. Усова. – Москва: Просвещение, 2021. – 510 с.

123. Фрейд З. Введение в психоанализ / Зигмунд Фрейд; [перевод с немецкого Г. В. Барышниковой под редакцией Е. Е. Соколовой и Т. В. Родионовой]. – Санкт– Петербург: Азбука, сор. 2017. – 446 с.; 21 см. – (Мировая классика).

124. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. Лабиринты детской души. Терапевтическая сказка. Москва, 2008.

125. Черняева С. А. Психотерапевтическая работа со сказками. Санкт-Петербург: Речь, 2005.

126. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии. Москва: Наука, 1977

127. Шелкунова Татьяна Васильевна Особенности развития самосознания в старшем дошкольном возрасте // Проблемы современного

педагогического образования. 2018. №60 – 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-samosoznaniya-v-starshem-doshkolnom-vozraste> (дата обращения: 02.05.2024).

128. Щур В.Г. Методика изучения представления ребенка об отношениях к нему других людей. / Психология личности. Теория и эксперимент. – Москва, 1982.

129. Эльконин, Д.Б. Детская психология: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений /Б.Д. Эльконин. – Москва: Издательский центр «Академия», 2004. – 384 с.

130. Ярошевский М.Г. История психологии от античности до середины XX в: Учеб. Пособие. .– Москва, 1996. – 416 с.

131. Baumeister R.F., Campbell J.D., Krueger J.I., Vohs K.D. Does High Self-esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? // Psychological Science in the Public Interest. 2003. Vol. 4. No. 1.

132. Cooley C. H. Human Nature and the Social Order. – New York: Charles Scribner's Sons, 1922 (1st published 1902). – v, 460 p.

133. Coopersmith S. A method for determining types of self-esteem // J. of Abnormal and Social psychology. 1959. V.59. №1. P. 87–94

134. Emler N. Self-Esteem: The Costs and Consequences of Low SelfWorth. York, England: York Publishing Services, 20

135. Florez, I.R. (2011), “Developing young children’s self-regulation through everyday experiences”. *Ida Rose. Young Children*, 66, 46– 51.

136. George H Mead. Mind, self and society. – Chicago: The University of Chicago Press, 1934. – 400 p.

137. Kaplan, H. B. (1975) Self-attitudes and deviant behavior. Pacific Palisades, CA: Goodyear Books, 185 p. Kling, K. C., Hyde, J. S., Slowers, C. J., Buswell, B. N. (1999) Gender differences in self-esteem: A meta-analysis.

138. Mruk C. SelfEsteem: Research, Theory, and Practice. 2nd ed. N. Y.:

Springer. 1999. 240 p.

139. Papadopoulos, D. (2020), “Psychological foundations of cognitive and socio– emotional development of gifted children: A. Review of research literature and conclusions”, *Journal for the Education of Gifted Young Scientists*, 8(1), 305– 323.

140. Rosenberg M., Schooler C., Schoenbach C., Rosenberg F. Global self-esteem and specific self– esteem: Different concepts, Different outcomes // *American Sociological Review*. 1995. Vol. 60. P. 141–156

141. Schat, A. C., & Kelloway, E. K. (2000). Effects of perceived control on the outcomes of workplace aggression and violence. *Journal of occupational health psychology*, 5 (3) 386 p. <https://doi.org/10.1037//1076-8998.5.3.386>

142. Sedikides K., Gregg A. Portraits of Self // *Sage Handbook of Social Psychology* / M.A. Hogg, J. Cooper (eds). L.: Sage Publications, 2002. P. 110–138.

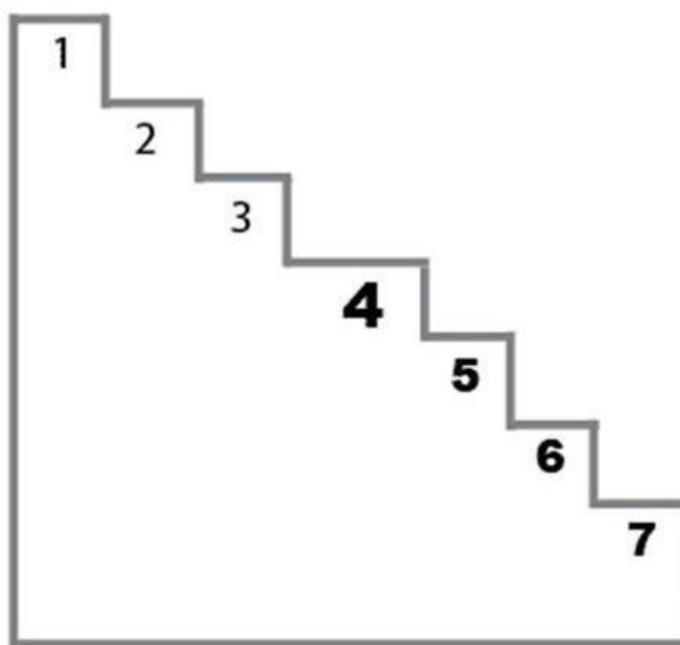
143. *Self– Esteem: The Puzzle of Low Self– Regard* / R.F. Baumeister (ed.). N.Y.: Plenum Press, 1993.

**ПРИЛОЖЕНИЕ****Приложение 1.****Контрольная группа детей, принявших участие в исследовании**

№	Фамилия, имя	Возрастная группа	Возраст
1	Роман	Старшая	6 лет
2	Дмитрий	Старшая	6 лет
3	София	Старшая	6 лет
4	Владислава	Старшая	6,5 лет
5	Софья	Старшая	6,5 лет
6	Алексей	Старшая	6,5 лет
7	Анатолий	Старшая	6 лет
8	Антон	Старшая	6 лет
9	Владислав	Старшая	6,5 лет
10	Вероника	Старшая	6,5лет
11	Семён	Старшая	6 лет
12	Роман	Старшая	6 лет
13	Диана	Старшая	6 лет
14	Екатерина	Старшая	6,5 лет
15	Каролина	Старшая	6 лет

**Приложение 2.****Экспериментальная группа детей, принявших участие в исследовании**

№	Фамилия, имя	Возрастная группа	Возраст
1	Вероника	Старшая	6 лет
2	Екатерина	Старшая	6 лет
3	Дмитрий	Старшая	6,5 лет
4	Полина	Старшая	6,5 лет
5	Диана	Старшая	6 лет
6	Олег	Старшая	6,5 лет
7	Светлана	Старшая	6,5 лет
8	Сабрина	Старшая	6 лет
9	Юрий	Старшая	6 лет
10	Константин	Старшая	6,5 лет
11	Дарья	Старшая	6 лет
12	Малика	Старшая	6,5 лет
13	Семён	Старшая	6 лет
14	Василиса	Старшая	6,5 лет
15	Кристина	Старшая	6 лет

**Приложение 3.****Методики диагностики, используемые при констатирующем и контрольном экспериментах****Методика «Лесенка» Р.С. Немов**

Методика заключается в том, что ребёнку показывают нарисованную лесенку (7 ступеней) и дают следующую инструкцию: «Давай представим, что на эту лесенку мы можем посадить всех детей. На трёх верхние ступени встанут хорошие дети: умные, послушные, добрые и т.д. (при этом необходимо показать: хорошие, очень хорошие, самые хорошие). Три нижние ступеньки займут дети плохие (плохие, очень плохие и самые плохие). На средней ступеньки стоят не плохие и не хорошие дети». Далее ребёнку задают следующие вопросы:

1. На какую ступеньку ты бы поставил себя? Почему?

2. На какую ступеньку тебя поставили бы мама, папа, воспитатель?

Интерпретация выбора детей заключается в следующем:

- Завышенная самооценка соответствует самой высокой – 7 – ступени.
- При выборе ребёнком 4– 6 ступени, педагог– психолог может сделать вывод о наличии у ребёнка адекватной самооценки (или оптимально высокой самооценки, что соответствует возрастной норме).
- Заниженная самооценка соответствует 2 и 3 ступени.
- Очень заниженная самооценка соответствует 1 ступени.

Благоприятный вариант. Дети отмечают, что близкие взрослые могли бы поставить их на самую высокую ступеньку лестницы, при этом сами себя дети ставят на ступеньку ниже. Это говорит о том, что ребёнок чувствует поддержку и принятие себя со стороны взрослых, и при этом умеет самостоятельно реалистично оценить себя.

Неблагоприятный вариант. Дети ставят себя на одну ступеньку выше, чем их оценили бы их близкие взрослые. Такой выбор говорит о том, что ребёнок чувствует неприятие себя со стороны взрослых, негативном их восприятии этой ситуации. Однако, если задают вопрос «Как ты думаешь, на какую ступеньку тебя поставит воспитательница?», и ребёнок помещает себя на одну из нижних ступенек, то можно говорить об адекватной самооценке у ребёнка, особенно в том случае, если он действительно зачастую плохо ведёт себя и получает выговоры от воспитателей.

Нижние ступеньки. Если ребёнок ставит себя на нижние ступеньки, это свидетельствует об отрицательном отношении к самому себе, об отсутствии уверенности в собственных силах.

Ребёнок, выбирающий самую нижнюю ступеньку, находится в состоянии эмоционального неблагополучия [71].

Если ребёнок ставит себя на ту же ступеньку, на которую, как они

считают, их поставили бы близкие взрослые, то это может свидетельствовать:

- об инфантилизме (ребёнок ставит себя только на верхние ступеньки, но свой выбор не объясняет);
- о так называемой «компенсирующей самооценке», когда желаемое ребёнка выдаётся за действительное.

Если близкие взрослые, по мнению ребёнка, оценивают его так же, как он оценивает сам себя, это свидетельствует об эмоциональном благополучии ребёнка и психологической защищённости.

### **Методика «Какой я?» (Р.С. Немов)**

Эта методика предназначена для определения самооценки ребёнка–дошкольника. Экспериментатор, пользуясь представленным ниже протоколом, спрашивает у ребёнка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, предлагаемые ребёнком самому себе, проставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола, а затем переводятся в баллы.

#### *Оценка результатов*

Ответы типа «да» оцениваются в 1 балл, ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов. Ответы типа «не знаю» и также ответы типа «иногда» оцениваются в 0,5 балла.

Самооценка ребёнка определяется по общей сумме баллов, набранной им по всем качествам личности.

#### *Выводы об уровне самооценки*

10 баллов — очень высокий.

8– 9 баллов — высокий.

4– 7 баллов — средний.

2– 3 балла — низкий.

0– 1 балл — очень низкий.

### Протокол к методике – «Какой Я?»

№	Оцениваемые качества личности	Оценки по вербальной шкале			
		да	нет	иногда	Не знаю
1.	Хороший				
2.	Добрый				
3.	Умный				
4.	Аккуратный				
5.	Послушный				
6.	Внимательный				
7.	Вежливый				
8.	Умелый (способный)				
9.	Трудолюбивый				
10.	Честный				

### Методика «Нарисуй себя» А.М. Прихожан

Личная карточка  Ф. И. О. _____ Возраст _____ Дата обсл. _____	Плохой мальчик	Хороший мальчик	Я сам
---	-------------------	--------------------	-------

*Схема обработки результатов:*

1. Анализ "автопортрета": наличие всех основных деталей, полнота изображения, количество дополнительных деталей, тщательность их прорисовки, "разукрашенность", статичность рисунка или представленность фигурки в движении, включение "себя в какой-либо сюжет-игру" и т. п.

Исходное количество баллов – 10. За отсутствие какой-нибудь детали из основных снимается 1 балл. За каждую дополнительную деталь, "разукрашенность", представленность в сюжете или движении начисляется 1 балл. Чем больше баллов, тем позитивнее отношение к рисунку, т. е. к себе (норма 11– 15 баллов). Напротив, отсутствие необходимых деталей указывает на отрицательное или конфликтное отношение.

2. Сопоставление "автопортрета" с рисунком "хорошего" и "плохого" сверстников по параметрам:

– Размер "автопортрета" (приблизительно совпадает с "хорошим" – начисляется 1 балл, гораздо больше – 2 балла, совпадает с "плохим" – минус 1 балл, гораздо меньше – минус 2 балла, меньше "хорошего", но больше "плохого" – 0,5 балла).

– Цвета, использованные в "автопортрете" (больше синего и красного цвета – 1 балл, больше черного и коричневого цвета – минус 1 балл, цветов приблизительно поровну – 0 баллов).

– Повторение на "автопортрете" деталей рисунков "хорошего" или "плохого" (одежда, головной убор, игрушки, цветы, рогатка и т. д.). Общее количество в целом больше совпадает с "хорошим" ребенком – начисляется 1 балл, совпадение полное – 2 балла. Общее количество больше совпадает с "плохим" ребенком – минус 1 балл, совпадение полное – минус 2 балла. Тех и других приблизительно поровну – 0 баллов.

– Общее впечатление о похожести "автопортрета" на рисунок "хорошего" – 1 балл, на рисунок "плохого" – минус 1 балл.

Количество набранных баллов: 3– 5 баллов – адекватное позитивное отношение к себе, больше – завышенная самооценка, меньше – заниженная самооценка, отрицательный результат (0 и меньше) – негативное отношение к себе, возможно, полное неприятие себя.

3. Расположение "автопортрета" на листе. Изображение рисунка внизу страницы – минус 1 балл, если к этому и фигурка изображается маленькой – минус 2 балла. Такое положение свидетельствует о депрессивном состоянии ребенка, наличия у него чувства неполноценности. Наиболее неблагоприятным является расположение фигурки в нижних углах листа и изображенной в профиль (как бы стремящейся "убежать" с листа) – минус 3 балла.

Рисунок расположен в центре листа или чуть выше – 1 балл, рисунок очень большой, занимает практически весь лист – 2 балла, дополнительно к последнему еще и расположен анфас (лицом к нам) – 3 балла.

**Приложение 4.****Конспекты занятий****Занятие 1.**

**Цель:** знакомство, установление доброжелательной атмосферы в группе.

*Организационный момент*

**Ритуал приветствия.** «Сегодня я похож на .... (какой-то предмет). Я так считаю, потому что...»

*Основная часть*

**Игра-знакомство «Круг имён».**

Дети становятся в круг. Первый ребенок называет свое имя, второй называет имя первого и свое и так далее. Первый называет имена всех.

**Упражнение «Мой любимый сказочный герой».**

Задание: задача ребёнка нарисовать своего любимого сказочного героя, рассказать о нём, о сказках, которые он любит читать вместе с родителями или воспитателями.

*Заключительная часть*

**Ритуал завершения занятия.** Попросить детей рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что показалось сложным.

**Занятие 2.**

**Цель:** снижение эмоциональной напряжённости, развитие доверительных отношений.

*Организационный момент*

**Ритуал приветствия.** «Сегодня мой день прошёл.... А как прошёл ваш

день?»

*Основная часть*

**Игра «Ручеёк» (на развитие положительных взаимоотношений).**

Дети становятся парами, взявшись за руки. Руки надо поднять кверху таким образом, чтобы получился «домик». Пары детей становятся друг за другом, постепенно передвигаясь вперед. Формируется что-то вроде «ручейка», который постоянно течет.

Один человек заходит в начало этого ручейка, проходит под поднятыми руками игроков и выхватывает из основной массы одного из игроков за руку, уводя его с собой в конец ручейка, вставая последним его звеном. На освободившееся место встает следующая пара игроков, а освободившийся игрок идет в начало ручейка и проделывает то же самое – идет под руками игроков, выхватывая из ручейка понравившегося человека за руку и уводя его в самый конец ручейка.

**Викторина по сказкам «В гостях у сказки»**

Задание 1. Конкурс – разминка «Узнай русскую народную сказку по сюжету»

1. В лесу тёмном на опушке,

Жили дружно все в избушке.

Маму дети поджидали,

В домик волка не пускали (**Волк и семеро козлят**)

2. В сказке небо синее,

В сказке птицы страшные.

Яблонька, укрой меня!

Реченька, спаси меня! (**Гуси – лебеди**)

3. Красна девица, грустна

Ей не нравится весна,

Ей на солнце тяжело,

Слёзы льёт бедняжка (**Снегурочка**)

4. Домик этот уж не мал,  
 Стольких гостей он собрал.  
 Каждый место здесь нашел,  
 Каждый друга здесь обрёл.  
 Но медведь приковылял,  
 Этот домик разломал. **(Теремок)**

5. Из муки он был печен,

На сметане был мешен.

На окошке он студился,

По дорожке он катился.

Был он весел, был он смел

И в пути он песню пел **(Колобок)**

6. Дед бил – бил не разбил, баба била – била не разбила, мышка бежала хвостиком махнула и разбила... **(Курочка Ряба)**

Задание 2. «Как сказать по– другому?»

1. Василиса – прекрасная... (красивая, очаровательная, ненаглядная)

2. Конь у стрельца – богатырский, ... (сильный, быстрый, смелый)

3. Василису мачеха отправила в лес дремучий, ... (густой, темный)

4. Иван– царевич – бесстрашный, ... (смелый, отважный, сильный)

5. Мороз – крепкий, трескучий, ... (жгучий)

6. Кусочек для куколки лакомый, ... (сытный, вкусный, аппетитный)

Задание 3. «Блиц– опрос».

1. Дом Бабы – Яги? (избушка на курьих ножках)

2. Имя мальчика, которого унесли гуси– лебеди? (Иванушка)

3. Вещь, потерянная Золушкой на баллу?

4. Аппарат, на котором Баба – Яга совершала полёты?

5. Что в сказках всегда побеждает зло?

6. На чём ездил Емеля?

7. Какой овощ не мог вытащить из земли дед и вся его дружная семья?

8. Кто помог Герде добраться до владений Снежной королевы?

«Вот и закончилось наше путешествие. Благодаря вашим знаниям сказок, вы смогли ответить на все вопросы».

А как вы думаете, зачем нам нужны сказки? Чему они учат? (Ответ детей)

### **Психодинамическая медитация «Заколдованная фигура»**

Психолог предлагает детям представить, что они оказались на поляне в волшебном лесу. Кто попадает на поляну, тот застывает, как каменная фигура. "Застыньте, будто вы одеревенели, не двигайтесь, примерно так. (Можно показать детям, как необходимо застыть). И тут прилетела добрая фея. Она взмахнула волшебной палочкой, и расколдовала нас! Вытяните руки вперед, расслабьтесь, подвигайтесь, покажите, что больше вы не деревянные». Эту игру можно провести несколько раз.

#### *Заключительная часть*

**Ритуал завершения занятия.** Попросить детей рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что показалось сложным.

### **Занятие 3.**

**Цель:** Стимуляция раскрытия своего «Я», формирование положительного отношения к себе, умения выражать свой характер с опорой на художественное изображение.

*Организационный момент.*

#### **Ритуал приветствия.**

Раз рука и два рука!

Вот ладошка правая,

вот ладошка левая.

И скажу вам, не тая,  
 Руки всем нужны, друзья!  
 Сильные руки не бросятся в драку,  
 Добрые руки погладят собаку.  
 Умные руки умеют лепить.  
 Чуткие руки умеют дружить!  
 Станем рядышком, по кругу,  
 Скажем «Здравствуй!» друг другу.  
 Нам здороваться ни лень:  
 Всем «Привет!» и «Добрый день!»;  
 Если каждый улыбнётся –  
 Утро доброе начнётся.  
 – ДОБРОЕ УТРО!  
 Основная часть

### **Сказка «Пропало имя»**

В одной сказочной стране жили– были девчонки и мальчишки, а также их родители. Естественно, у каждого из них были имена. Хорошие имена, просто можно сказать замечательные, не в каждой стране такие встречаются: Света, Коля, Наташа и Игорь, и много других замечательных имен.

В этой сказочной стране, да, впрочем, как и в любой другой, дети иногда капризничали и вредничали. Вот и девочке Наташе захотелось как– то повредничать.

- Девочка, как тебя зовут? – спросила ее новая соседка.
- Никак.
- Так не бывает, наверняка, у тебя есть красивое имя.
- Нет у меня никакого имени, меня никак не зовут.
- Ну что ж , – улыбнулась женщина, – буду звать тебя Никак.

С тех пор все пошло, поехало.

- Никак, иди играть!

- Никак, иди кушать!
- Никак, иди к доске!

Ребятишек это развеселило. Они решили, что это здорово и захотели, чтобы их всех тоже звали Никак.

Что тут началось! Такая неразбериха, такая путаница! Никто не поймет, кого зовут. Учительница скажет: «Никак, к доске!», и весь класс у доски топчется. Почтальон кричит: «Никак, тебе письмо!» Ребятишки к нему со всей улицы сбегаются. Можете себе представить, что творилось! Ну, просто жить стало невозможно. Загрустили ребята, притихли. Стали вспоминать, как их раньше мамы ласково называли, а вспомнить не могут. А Никак можно разве ласково назвать?... Что ли Никакуля, Никакушка? Смех, да и только.

Захотелось ребятишкам по– прежнему называться, да не тут то было. Оказывается имена: Наташа, Настя, Света, Коля и все остальные обиделись на ребятишек и сбежали в лес. А там они приклеились к деревьям, птицам, животным. А те и не возражали. Ну, были просто березы, клены, белки. А теперь появились береза Наташа, клен Коля, белка Света и другие. Вроде как береза, клен, белка фамилии, а есть еще имена. Очень чудненько получилось. И имена довольны, и жители леса. Одни ребятишки горюют, думают, как им имена вернуть.

Спасибо добрым волшебникам помогли ребятам имена вернуть. Берут теперь девчонки и мальчишки свои имена пуще глаза, дорожат именами своими и другим того же советуют.

### **Вопросы для обсуждения.**

- Почему имена обиделись на ребят? Зачем человеку дается имя?
- Что может произойти, если человеку дать прозвище и не называть его по имени?
- Как ласково называет вас мама?
- Как звучит ваше имя, когда оно вам нравится?

**Упражнение «Портрет моего имени».** Инструкция «Ребята, вместе с вами мы прочитали хорошую сказку про имена. А теперь давайте подумаем, как могут выглядеть ваши имена? Попробуйте нарисовать их!»

**Релаксационное упражнение «Спящий котёнок».**

*Инструкция*

Вы – веселые, озорные котята. Котята ходят, выгибают спинку, машут хвостиком. Но вот котята устали, начали зевать, ложатся на коврик и засыпают. У котят равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат.

*Завершающий этап*

**Ритуал завершения занятия.** Попросить детей рассказать, что запомнилось с занятия больше всего, что понравилось, а что показалось сложным.

**Занятие 24.**

**Цель:** Завершающее занятие; подведение итогов занятий.

*Организационный момент.*

Ритуал приветствия. «Сегодня я похож на .... (цветок). Я так считаю, потому что...»

*Основная часть.*

**Упражнение «Волшебный мешочек»**

Педагог– психолог показывает детям мешочек и предлагает: «Давайте соберем в этот волшебный мешочек все самое интересное, что было на наших занятиях».

**Упражнение «По выбору».**

Дети становятся в круг. Они перебрасывают мяч (как в игре «Съедобное – несъедобное»), предоставляя тем самым возможность высказаться каждому участнику.

**Упражнение «Скажи доброе пожелание»**

Задание: Учащиеся по кругу друг другу говорят добрые пожелания,

ведущий начинает первый, задавая правильный настрой.

*Заключительная часть.*

**Ритуал завершения занятия.** Попросить рассказать, что запомнилось со всех занятий больше всего. Что больше всего понравилось, а что показалось сложным.