

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование кафедры)

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки, специальности)

Психология и педагогика дошкольного образования

(направленность (профиль)/специализация)

**БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА**

на тему **ФОРМИРОВАНИЕ ОБРАЗА «Я» У ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ  
ПОСРЕДСТВОМ ИЗОТЕРАПИИ**

Студент

Е.И. Харченко

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

Е.В. Некрасова

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

**Допустить к защите**

Заведующий кафедрой д.п.н., профессор О.В. Дыбина

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

(личная подпись)

« \_\_\_\_\_ » 2019 г.

Тольятти 2019

## Аннотация

Бакалаврская работа раскрывает проблему формирования адекватного «Я – образа», который появляется еще в дошкольном возрасте и является важнейшим фактором при формировании самооценки и осознания себя в системе человеческих отношений.

Проблема «образа Я» в современных условиях не теряет своей актуальности. При этом образ «Я», складывающийся в результате жизненного опыта, оказывает влияние на восприятие человеком мира, других людей, и, в конечном счете, находит отражение в отношении с обществом и миром в целом.

Существует множество средств и методов для формирования образа «Я» у детей дошкольного возраста. Одним из них является изотерапия.

Целью работы является теоретическое обоснование и экспериментальная проверка эффективности применения изотерапии как средства формирования образа «Я» у детей 6-7 лет.

В ходе работы решаются следующие задачи: провести анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования; выявить уровень сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет; разработать и апробировать содержание работы по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии.

Бакалаврская работа имеет теоретическое и практическое значение, состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (27 источников) и 9 приложений. Текст работы иллюстрируют 13 рисунков и 3 таблицы.

Объем бакалаврской работы – 49 с.

## Оглавление

Введение.....	4
Глава 1. Теоретические основы проблемы формирования образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии .....	7
1.1 Психолого-педагогические основы формирования образа «Я» у детей 6-7 лет .....	7
1.2 Изотерапия как средство формирования образа «Я» у детей 6-7 лет....	12
Глава 2. Экспериментальное исследование формирования образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии.....	21
2.1 Выявление уровня сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет .....	21
2.2 Содержание работы по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии .....	32
2.3 Динамика уровня сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии.....	39
Заключение .....	45
Список используемой литературы .....	47
Приложения .....	50

## Введение

Проблема «образа Я» в современных условиях не теряет своей актуальности. Потребность в определении себя как части общества, осознание своей важности, определение собственных предпочтений и ценностей – все это является элементами становления «образа Я».

При этом образ «Я», складывающийся в результате жизненного опыта, оказывает влияние на восприятие человеком мира, других людей, и, в конечном счете, находит отражение в отношении с обществом и действительностью в целом. В связи с этим возникает необходимость формирования адекватного «Я – образа», который зарождается еще в дошкольном детстве и является важнейшим фактором при формировании самооценки и осознания себя в системе человеческих отношений.

Проблеме изучения образа «Я» посвящены работы Р. Бернса, У. Джеймса, К. Роджерса, М.И. Лисиной, А.И. Селивестру, С.Г. Якобсона, Г.И. Моревой и др.

Существует множество средств и методов для формирования образа «Я» у детей дошкольного возраста. Одним из них является изотерапия. Использование методов изотерапии в формировании образа «Я» дошкольников основано на том, что занятия воспринимаются ребенком не как выполнение задания, а как игра. Это позволяет детям чувствовать себя раскованно, расширяет круг «я могу» каждого ребенка. Исследованием возможностей изотерапии в формировании образа «Я» занимались М.В. Киселева, Э. Крамер, А. Хилл.

Анализ психолого-педагогического опыта и литературы позволил определить **противоречие** между необходимостью формирования образа «Я» у детей 6-7 лет и недостаточным использованием изотерапии для данного процесса.

**Проблема исследования:** каковы возможности изотерапии в формировании образа «Я» у детей 6-7 лет?

**Цель исследования:** теоретически изучить и экспериментально проверить эффективность изотерапии как средства формирования образа «Я» у детей 6-7 лет.

**Объект исследования:** процесс формирования образа «Я» у детей 6-7 лет.

**Предмет исследования:** формирование образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии.

В основу исследования положена **гипотеза**, согласно которой формирование образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии будет эффективным если:

– включены в развивающую работу с детьми средства и методы изотерапии (техника медитативного рисунка, рисование пальцами, рисунок на стекле, штриховка и каракули);

– проведена поэтапная работа с детьми по обучению техникам изотерапии от простых техник до самостоятельного создания творческого продукта;

– организована работа с родителями по ознакомлению со средствами изотерапии для формирования образа «Я» у детей 6-7 лет.

В соответствии с целью, и выдвинутой гипотезой были обозначены следующие **задачи исследования:**

1) провести анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования;

2) выявить уровень сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет;

3) разработать и апробировать содержание работы по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии;

**Методы исследования:**

1) теоретические методы: анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования;

2) эмпирические методы: психолого-педагогический эксперимент, который включает в себя констатирующий, формирующий и контрольный этапы.

3) методы количественной и качественной обработки данных исследования.

**Новизна исследования:** определены возможности изотерапии в формировании образа «Я» у детей 6-7 лет.

**Теоретическая значимость** заключается в обосновании и описании показателей и уровней сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет.

**Практическая значимость** исследования состоит в разработке практических рекомендаций по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии, которые могут использоваться в дошкольных образовательных учреждениях.

**База исследования:** ФГБДОУ «Детский сад «Волжский утёс» (п. Волжский утёс, Шигонский район, Самарская область). В исследовании приняли участие 20 детей старшей группы «Колосок» в возрасте 6-7 лет.

**Структура работы:** бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (27 источников) и 9 приложений. Текст работы иллюстрируют 13 рисунков и 3 таблицы.

## **Глава 1. Теоретические основы проблемы формирования образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии**

### **1.1 Психолого-педагогические основы формирования образа «Я» у детей 6-7 лет**

Я-концепция – сложившееся представление человека о самом себе, как о человеке и личности.

Американский психолог У. Джеймс первым предложил идею «Я-концепции» и внес существенный вклад в ее разработку. Согласно Джеймсу, «глобальное Я» (личность) содержит в себе два аспекта: эмпирический объект (Me), познаваемый субъективным оценивающим сознанием (I). «Я» как объект состоит из четырех аспектов: духовное «Я», материальное «Я», социальное «Я» и телесное «Я», которые и образуют для каждого человека уникальный образ или совокупность представлений о себе как о личности. Кроме этого, У. Джеймс предложил формулу оценивания личностью самого себя. Формула самооценки выражается в сравнении достигнутых успехов с уровнем притязаний: Самооценка= успехи/притязания.

Позже «Я-концепция» разрабатывалась в необихевиоризме (теория социального научения А. Бандуры), в гуманистической психологии (исследования К. Роджерса) и в настоящее время активно используется в самых различных подходах как психологии, так и педагогики.

Рассмотрим, из чего же состоит «Я-концепция».

Есть понятие «внутренняя картина болезни» – то, как человек воспринимает свое заболевание. А я-концепция – внутренняя картина себя, то, что известно индивиду о самом себе, каким он видит, чувствует и представляет себя сам. Основными компонентами Я-концепции являются:

– образ «Я» – представление человека о самом себе: о своем уме, теле, способностях, чертах характера;

– субъективное отношение человека к самому себе: принятие или нет, та или иная самооценка, высокое или не очень самоуважение;

– действия и реакции, которые человек считает «присущими ему», «достойными себя», выражающими его «Я» [13, с.169].

Позитивная Я-концепция – это позитивное отношение к себе, самоуважение и принятие себя, ощущение собственной ценности. Негативная Я-концепция – негативное отношение к себе, неприятие себя, ощущение своей неполноценности.

Я-концепция – обычно очень устойчивая конструкция. Представления человека о самом себе, как правило, кажутся ему убедительными независимо от того, основываются ли они на объективном знании или субъективном мнении, являются ли они истинными или ложными.

Это больше похоже на школьное сочинение, которое рождается часто случайно, неизвестно откуда, и при этом сочиняется под определенную задачу.

Несмотря на устойчивость, «Я-концепция» меняться может и меняется. На ее изменение обычно влияют контакты со «значимыми другими». То как ведут себя «значимые другие», обычно оказывается образцом или хотя бы ориентиром. Образ жизни родителей впитывается ребенком.

То, что значимые люди о нас думают, как правило, сильно влияет на наши представления о себе и отношение к самому себе – это общий эмоциональный фон.

Общий уровень эмоционального фона, ситуативное настроение, состояние здоровья и психосоматические обстоятельства – это сопоставление имеющегося и желаемого.

Например, сопоставление Я-реального и Я-идеального, сопоставление что я хотел сделать и что на самом деле не сделал – внутренние выгоды.

Самооценка во многом меняется не «потому что», а «для того, чтобы», в рамках тех или иных ситуативных или личностных выгод.



Современное состояние общества и напряженные условия его функционирования определяют рост значения личности каждого человека. При этом образ «Я», складывающийся в результате жизненного опыта, оказывает влияние на восприятие человеком мира, других людей, и, в конечном счете, находит отражение на отношении с обществом и миром в целом [6, с.54]. В связи с этим возникает необходимость формирования адекватного «Я – образа».

То, как человек оценивает свою значимость, во многом определяет отношение к нему других людей. Следовательно, адекватная самооценка ребенка – залог его успеха в будущем. Осознание собственного «Я» и своей ценности как личности происходит в раннем детстве. Если самостоятельно ребенок не справляется с этой задачей, задача родителей и педагогов-психологов – распознать проблему и помочь ему в формировании правильной, адекватной самооценки.

Принято выделять три типа самооценки – нормальную, заниженную и завышенную.

Основные признаки сформировавшегося вида самооценки заметны и в повседневной жизни. Рассмотрим их подробнее.

1. Нормальная: если ребенок адекватно себя оценивает, его поведение будет следующим:

- не боится пробовать новые для себя занятия;
- в сложной ситуации старается найти решение самостоятельно, но умеет обращаться за помощью, если это необходимо;
- может признать, что ошибся и попробовать это исправить;
- нормально идет на контакт с детьми, не пытается унижить младших или более слабых.

2. Завышенная – такие дети переоценивают свою значимость и возможности. Завышенная самооценка у ребенка определяется по ряду характерных признаков:

- эгоцентризм – сосредоточенность только на собственных чувствах и желаниях;
- болезненное восприятие критики в свой адрес, вызывающее бурю протестов;
- навязчивость и привлечение внимания любыми способами;
- агрессивность при общении с детьми, стремление выделиться за счет унижения других, желание всегда занимать лидирующую позицию [11, с. 201].

### 3. Заниженная самооценка:

- тревожность и неуверенность, мешающие общению со сверстниками;
- чрезмерная скромность и застенчивость;
- недоверчивость, страх быть обманутыми;
- обидчивость, замкнутость, желание больше времени проводить в одиночестве;
- отказ от занятий, вызывающих затруднения и требующих приложения усилий;
- настрой на негатив, выражающийся фразами «У меня не получится», «Я плохой» и т. д. [26, с.84].

Самоуважение и умение адекватно себя воспринимать меняется по мере взросления личности. Но влияние типа воспитания на самооценку ребенка очень велико, поэтому родителям и педагогам-психологам нужно отслеживать ее возрастные изменения и, при необходимости, корректировать.

Самооценка ребенка дошкольного возраста нередко завышена. Это вполне нормально. В начальный период жизни дети учатся оценивать себя и не всегда делают это правильно, особенно если в семье любое их действие сопровождается восторженными комментариями. При отсутствии перегибов

в воспитании (как попустительства и восхваления, так и унижения), завышенная самооценка дошкольника со временем придет в норму.

Отсутствие самоуважения у ребенка в этом возрасте более опасно. Заметив признаки заниженной самооценки нужно пересмотреть воспитательные меры и манеру общения с ребенком, так как избавиться от этой проблемы с годами становится намного сложнее. Родители и педагоги должны помочь поднять самооценку ребенку, сам он с этой задачей не справится.

Дети с заниженной самооценкой нуждаются в помощи. В первую очередь, родительской, а в случае стойких изменений – и профессиональной.

Чтобы повышение самооценки у детей не стало проблемой в будущем, родителям и педагогам необходимо своевременно принять меры по ее адекватному формированию с самого раннего возраста. Практически все родители уверены, что воспитывают ребенка правильно, опираясь на опыт из своего детства. Но, даже действуя из лучших побуждений, можно допустить множество ошибок.

Простые правила, помогающие сформировать нормальную самооценку:

- чаще позволять детям высказывать свое мнение и проявлять эмоции: слишком авторитарные и строгие родители добиваются послушания, но ценой становится инертность, неуверенность и отсутствие у ребенка своего мнения;

- не запрещать помогать вам в чем-либо, даже сами можете сделать быстрее и лучше. Не пытаться оградить ребенка от всех неудач и разочарований: проживание детьми не только положительного, но и отрицательного опыта необходимо для адекватного восприятия своих сил и возможностей;

- учить детей правильно воспринимать победы и поражения, на примере конкретных ситуаций, лучше из собственного опыта: если ребенок

поступил плохо, объяснить, что вы недовольны не им самим, а его поступком;

- не ставить перед детьми заведомо невыполнимых задач;
- устранить источники психологического угнетения. Если ребенок стал объектом травли в школе, не нужно заставлять его стать сильнее и решить проблему самостоятельно: проще сменить место учебы и сохранить детскую психику [21, с.107].

Таким образом можно заключить что формировать образ «Я» ребенка необходимо начиная с дошкольного возраста, внимательно не завышая и не занижая требования ребенку.

## **1.2 Изотерапия как средство формирования образа «Я» у детей 6-7 лет**

В связи с возросшим интересом к закономерностям развития личности ребенка при коррекционном воздействии в условиях детского сада можно отметить активный поиск и комплексное использование эффективных коррекционных методик, одной из которых является арт-терапия.

Как показывает практика, использование в коррекционной педагогической работе арт-терапевтических методов позволяет скорректировать, и в той или иной степени решить имеющиеся у ребенка проблемы. Используемые в коррекционной работе материалы являются доступными, привлекательными, понятными и безопасными для детей дошкольного возраста.

Арт-терапевтические методики могут активно применяться в условиях дошкольного образовательного учреждения, поскольку их можно реализовать как в групповой, так и в индивидуальной форме. Применение методик арт-терапии означает ставить и решать конкретные коррекционные задачи и закреплять их в процессе взаимодействия с ребенком в условиях ДОО с помощью средств искусства.

Применение в коррекционной педагогической работе арт-терапии ставит перед собой две основные цели. С одной стороны, происходит знакомство ребенка с разными видами искусства, помогая и предоставляя ему возможность получить удовольствие от восприятия того или иного произведения (музыкального, изобразительного и т.д.) С другой позиции (психолого-педагогической), данная терапия используется в терапевтических целях, помогая ребенку снять тревожность, предоставляя ему возможность поверить в свои силы, приобрести уверенность в себе [19, с. 62].

Обращаясь к какому-либо виду арт-терапии, педагог воздействует на ребенка с помощью того, что ему доступно, интересно, близко, понятно, т.е. использует рисование, лепку, сказки, музыку, танцы. В этом и заключается преимущество арт-терапии для детей. Ведь педагог в условиях ДООУ может предложить ребенку в качестве творческой деятельности именно тот вид искусства, который на данный момент ему интересен, ту работу, которую ребенок сможет выполнить сам с учетом его индивидуальных и возрастных особенностей. Именно поэтому арт-терапия не имеет возрастных ограничений и может применяться в работе с детьми, начиная с раннего возраста.

Таким образом, в настоящее время использование арт-терапевтических направлений в работе с детьми получает все большее распространение.

Главной арт-терапевтической целью является гармонизация развития личности через развитие творческих способностей, самовыражения и самопознания ребёнка.

Использование разных видов искусства в коррекционной работе с детьми помогает снять моторное и психологическое напряжение, сформировать положительный эмоциональный настрой, проявить и выразить свое «Я», свои возможности и способности, в том числе и творческие.

М.В. Киселёва указывает на то, что детская арт-терапия – это современное направление терапии, которое предполагает использование средств искусства для оказания психологической помощи и развития. Арт-

терапия имеет ряд преимуществ перед другими формами психотерапевтической работы, которые основаны только лишь на вербальной коммуникации. Можно выделить следующие преимущества арт-терапии:

1. Арт-терапия не имеет противопоказаний для своего использования.
2. Арт-терапия является средством невербального общения.
3. Арт-терапевтическая работа является достаточно эффективным способом сближения психолога и ребёнка, в значительной мере быстрее происходит процесс установления доверительных взаимоотношений в системе «клиент-психолог».

4. Результат творческой деятельности ребёнка является свидетельством его настроения, мыслей в целом, эмоционального состояния ребёнка [4].

Российский психолог Д.Б. Эльконин, полагал, что игра – это одна из форм развития психических функций и способ познания ребёнком мира взрослых. Л.С. Выготский указывал на психологическое родство искусства и игры в мире ребёнка. Творчество тоже включается в этот процесс игры. Для ребёнка игра – это комфортный способ, благодаря которому он имеет возможность рассказать о себе, своих эмоциях, чувствах, мыслях. Играя, ребёнок с легкостью демонстрирует свои истинные чувства и переживания. Игра способствует непринуждённому выражению волнений и беспокойств ребёнка.

Занятия с применением методов и приемов арт-терапии воспринимаются ребенком не как выполнение задания, а как игра. Это позволяет детям чувствовать себя раскованнее, расширяет круг «я могу» каждого ребенка. Непосредственность и простота предлагаемых видов деятельности способствуют тому, что ребенок забывает о социальных запретах и незаметно для себя может осмелиться на действия, которые обычно (рядом с мамой) не делает [15, с. 204].

Рисунок, как и игра, «компенсирует малые права ребёнка среди взрослых». Создавая на бумаге свой неповторимый мир, ребёнок понимает, что он является только его достоянием. В процессе игровой деятельности

ребёнок не думает о конечном результате, получая удовольствие от самого процесса. Получая заряд эмоций со знаком плюс (положительные эмоции), ребёнок чувствует себя на вершине айсберга, вот почему этот процесс для него так терапевтичен [17, с. 92].

Многие техники арт-терапии очень схожи с неклассическими техниками рисования, часто используемыми в детских учреждениях. И это так, но разница заключается в том, что, реализуя в коррекционной работе те или иные изобразительные техники, педагогом не ставится цель обучить ребенка этой технике рисования. Сам процесс созидания, творчества, осознания того, что «я это сделал сам», что «у меня получилось красиво», кроме получения положительных эмоций, помогает ребенку научиться осознавать и выражать с помощью доступных методов искусства свое настроение, свои желания.

Наиболее изучена и понятна детям изотерапия – как одно из направлений арт-терапии. Изотерапия – это терапия рисованием, то есть воздействие с использованием средств изобразительного искусства [11].

С помощью изотерапии достаточно успешно корректируется образ «Я», который изначально мог быть деформирован, а также «улучшается самооценка, исчезают неадекватные формы поведения, налаживаются способы взаимодействия с другими людьми. Хорошие результаты достигаются в работе с некоторыми отклонениями в развитии эмоционально-волевой сферы личности» [21, с. 113].

Э. Крамер отмечала, что рисование включает в себе целебное действие. Она считала, что, предоставляя ребёнку эмоциональную поддержку, ему значительно легче приобщится к творческой деятельности.

Британский арт-терапевт и художник А. Хилл полагал, что изобразительная деятельность способна отвлекать клиента от неприятных чувств, эмоций, мыслей и помогает концентрироваться на процессе выздоровления. Изобразительная творческая деятельность – это деликатная, гуманная возможность понаблюдать за ребёнком в процессе спонтанного

творчества, приблизиться к пониманию его интересов, ценностей, увидеть внутренний мир, неповторимость, личностное своеобразие [12, с.87].

На занятиях по изотерапии можно использовать любые изобразительные материалы (как классические, так и неклассические): гуашь, акварельные краски и мелки, цветные карандаши, бумага и картон разной фактуры, малярные кисти и валики, пластилин, бумажную массу и т.д.

Занятия по арт-терапии обычно проводятся два-три раза в неделю в одно и то же время (во второй половине дня, после полдника). При проведении занятий по арт-терапии необходимо использовать разнообразные изобразительные материалы и техники, как классические, так и неклассические. Занятия проводятся как индивидуально, так и по подгруппам, в зависимости от индивидуальных особенностей и потребностей ребенка и поставленных задач.

Остановимся подробнее на техниках изотерапии.

Тестопластика – данная техника проста и очень часто применяется в работе с маленькими детьми. Тесто – экологичный, очень пластичный материал, который легко приобретает форму. Лепка из соленого теста положительно влияет на нервную систему в целом. Поэтому данный вид творческой деятельности рекомендован детям с аллергопатологией, гиперактивным детям, со страхами, тревожностью, а также с агрессией. Пластичность материала позволяет таким детям вносить многочисленные изменения в работу, исправить, если что-то не получилось с первого раза, что положительно сказывается на их эмоциональном состоянии.

Бумагопластика – «бумагопластика», данный термин, может показаться непонятным, хотя в действительности это искусство создания композиций или образов из бумаги. Для детей занятия бумагопластикой идеально подходят в качестве развивающих занятий, т.к. они позволяют развить усидчивость и стимулируют мелкую моторику. Кроме того, это прекрасная возможность проявить свое творческое начало и поэкспериментировать с формой и цветом. Работа с бумагой так же, как и с тестом, снимает боязнь



сделать что-то неправильно, так как бумагу можно и смять, и разгладить. Кроме этого, ребенок, работая с бумагой, получает новые зрительные, тактильные и слуховые ощущения, что расширяет представления ребенка об окружающем мире.

Рисование пальцами, ладонями, рисование по мокрой бумаге – данный способ создания изображений помогает детям, которые по той или иной причине не могут пока использовать изобразительные инструменты, поманипулировать с предлагаемыми изобразительными материалами, а с помощью взрослого обязательно получится создать какой-нибудь образ, например, соседского щенка или цыпленка из любимого мультфильма [25, с. 203].

В данном случае будет применен метод совместного творчества, дорисовывания того, что можно увидеть в детских мазках, каракулях. У ребенка формируется уверенность в собственных силах, появляется осознание собственного «я могу», «у меня получилось». Не все дети готовы рисовать пальцами и ладошками. Кто-то испытывает чувство брезгливости от тактильного контакта с краской, кто-то просто боится испачкаться, потому что мама будет ругать. Ведь некоторые родители ждут от своих детей рассудительности и сдержанности, считая ребенка маленьким взрослым, который должен отвечать за свои поступки. Именно для этих детей «игры с грязью» станут профилактикой и коррекцией тревожности, а также социальных страхов и подавленности.

Штриховка, каракули – является самым доступным и любимым упражнением для детей любого возраста. Однако, чтобы данное занятие имело коррекционный эффект, его необходимо организовать особым образом. Ребенку можно предложить выбрать тот материал и цвет, который ему близок и нравится в данный момент, который совпадает с его настроением. Можно вместе с ребенком выбрать уже цветную основу или самостоятельно раскрасить белый лист бумаги. Затем в каракулях, созданных с помощью красок, мелков или карандашей можно постараться вместе что-то

увидеть или дорисовать, если нужно. Если каракули получились чересчур грустными и мрачными, можно их развеселить веселой улыбкой или солнечными лучиками.

Рисование сухими листьями – с помощью листьев, клея ПВА и красок можно создавать разнообразные изображения. Образ, созданный с применением данной техники, получается объемным, «лохматым», пушистым, эффектным и привлекательным. Эти экологически чистые способы рисования обогащают сенсорные впечатления, снимают мышечное и эмоциональное напряжение.

Создание изображений при помощи мелких сыпучих материалов и продуктов: круп, вермишели, цветного песка и т.д. Дети высыпают на лист с клеем сыпучие материалы целыми горстями. Но при стряхивании «лишних» материалов изображение все равно останется только в месте приклеивания. При использовании данной техники у ребенка создается ощущение волшебства, сюрприза. Данная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, эмоциональным негативизмом, зажатостью, способствует безболезненно адаптироваться в новом пространстве, дарит чувство успешности.

Изображение предметами окружающего пространства. Рисовать можно практически любыми предметами, которые нас окружают: можно рисовать мятой бумагой, резиновыми игрушками, кубиками, губками, зубными щетками, валиками палочками, нитками, соломинками, овощами, осенними листочками, ластиками и т.д.

Рисование песком. Песок – та же краска, только работает по принципу «света и тени», помогает выразить свое настроение, свои переживания и проблемы. Рисуя сухим или мокрым песком, ребенок познает мир, т.к. работа связана с самостоятельной экспериментальной и творческой деятельностью. Данный вид творчества как средство коррекции позволяет ребенку преодолеть чувство страха, выразить в рисунке, постройке эмоции, дает свободу, вселяет уверенность в своих силах. Рисуя, строя замки из песка,

разыгрывая сказки, ребенок развивает тактильные ощущения, раскрепощается, проигрывает волнующие его ситуации [9, с. 54].

Таким образом, все арт-терапевтические методики, используемые в работе с детьми дошкольного возраста, направлены на коррекцию личностной сферы ребенка, его моторных и коммуникативных навыков. Развивать ребенка, можно через разные виды деятельности. Однако больше возможностей при решении коррекционных задач проявляется при включении ребенка в художественно-продуктивную деятельность, когда ребенок, непосредственно и увлеченно играя с предлагаемыми материалами, взаимодействует с различными текстурами, с огромным выбором цветов и оттенков, задействует мелкую моторику рук, учится выражать себя и понимать других.

При этом очень важным является приобщение родителей к проводимой коррекционной работе с использованием методов арт-терапии. Наиболее сенситивным для использования арт-терапевтических методик в коррекционной работе с данной категорией детей является дошкольный возраст. В этом возрасте у ребенка еще формируются речевые, двигательные навыки, элементарные умения в художественных видах деятельности, развивается самосознание, что является основой для использования арт-терапевтических методик.

В итоге хотелось бы подчеркнуть, что именно благодаря использованию такого арт-терапевтического направления, как изотерапия в работе с дошкольниками, можно достаточно экологично способствовать формированию образа «Я» у детей 6-7 лет.

Таким образом, на основании теоретического анализа было выявлено, что основными компонентами «Я-концепции» являются:

- образ «Я» – представление человека о самом себе: о своем уме, теле, способностях, чертах характера;
- субъективное отношение человека к самому себе: принятие или нет, та или иная самооценка, высокое или не очень самоуважение;

– действия и реакции, которые человек считает «присущими ему», «достойными себя», выражающими его «Я» [13, с. 169].

Наиболее изучена и понятна детям изотерапия – как одно из направлений арт-терапии. Изотерапия – это терапия рисованием, то есть воздействие с использованием средств изобразительного искусства.

Рисование – мощное средство самовыражения, помогающее ребенку в осознании и проявлении чувств. Нет детей, которые бы не любили рисовать. Есть дети, которые разлюбили кисти и краски. Причины часто кроются в том, что взрослые усаживают малыша перед листом бумаги и уходят, забывая о том, что ребенку нужен сопереживающий человек. Количество методов и приемов рисования, облегчающих детям выражение чувств бесконечно, именно это делает изотерапию эффективным средством работы с детьми, нуждающимися в психолого-педагогической помощи и поддержке.

С помощью изотерапии достаточно успешно корректируется образ «Я», который изначально мог быть деформирован, а также повышается самооценка, исчезают неадекватные формы поведения, налаживаются способы взаимодействия с другими людьми.

## Глава 2. Экспериментальное исследование формирования образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии

### 2.1 Выявление уровня сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет

Экспериментальная работа проводилась на базе ФГБДОУ «Детский сад «Волжский утёс» (п. Волжский утёс, Шигонский район, Самарская область).

В исследовании приняли участие 20 детей старшей группы «Колосок» (возраст 6-7 лет). В экспериментальную группу вошло 10 детей, в контрольную – 10 детей. Список детей, участвующих в эксперименте, представлен в приложении А.

Цель констатирующего этапа работы – доказать эффективность изотерапии в формировании образа «Я» у детей 6-7 лет.

Для проведения эксперимента были выделены критерии и показатели на основе концепций И.С. Кона и А.В. Петровского, с учетом которых были подобраны диагностические методики исследования сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет.

Диагностическая карта исследования уровня сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет представлена в таблице 1.

Таблица 1 – Диагностическая карта исследования уровня сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет

Показатели	Диагностические методики
Уровень сформированности компонента «Я-физическое»	Диагностическая методика 1. «Нарисуй себя» А.А. Реана (модификация методики А.М. Прихожан и З. Василюскайте)
Уровень сформированности компонента «Я-эмоциональное»	Диагностическая методика 2. «Лесенка» М.И. Лисина, Я.Л. Коломинский
Уровень сформированности компонента «Я-идеальное»	
Уровень сформированности компонента «Я-реальное»	
Уровень самосознания	Диагностическая методика 3. «Изучение уровня самосознания» Г.А. Урунтаевой, Ю.А. Афонькиной

Далее представим количественные и качественные результаты исследования и проанализируем их.

Методика 1. «Нарисуй себя» (модифицированная, А.А. Реан).

Цель: выявить уровень сформированности знаний ребенка о своем теле и половой принадлежности, определить уровень самооценки ребенка.

Содержание методики: методика проводится индивидуально с каждым ребенком. Необходимые материалы: лист белой бумаги (формата А 4) сложенный пополам и 4 цветных карандаша: красный, синий, черный и коричневый.

Задание проводится в 3 этапа. На первом этапе экспериментатор обращается к ребенку со словами: «Давай порисуем. Сначала нарисуй плохого ребенка, его нужно рисовать коричневым и черным карандашами. Чем хуже ребенок, тем меньше он должен занимать места на листе». На втором этапе экспериментатор просит нарисовать хорошего ребенка, для этого необходимо взять красный и синий карандаши. И чем лучше ребенок, тем больше она займет места на листе. На третьем этапе дети должны были нарисовать себя. Для этого можно было использовать все цвета карандашей.

Критерии оценивания:

Анализ собственного портрета:

Сравнение своего портрета с рисунками хорошего и плохого ребенка:

– 0-2 балла: ребенок имеет низкую самооценку, наблюдается негативное отношение к себе.

– 3-4 балла: ребенок имеет высокую самооценку (является нормой для данного возраста), у ребенка наблюдается адекватное и позитивное отношение к себе.

– 5-9 баллов: ребенок имеет конфликтное или же негативное отношение к себе.

– 10-12 баллов: ребенок имеет представление о самом себе, хорошо к себе относится.

Общее количество баллов:

0-12 баллов: у ребенка плохо сформированы представления о себе, ребенок с трудом осознает свои личностные качества. Ребенок имеет низкую самооценку. Может наблюдаться негативное отношение к себе.

13-16 баллов: ребенок имеет представление о себе, осознает некоторые свои личностные качества. Ребенок имеет высокую самооценку.

Результаты распределения полученных ответов по методике представлены в приложении Б и на рисунке 1.

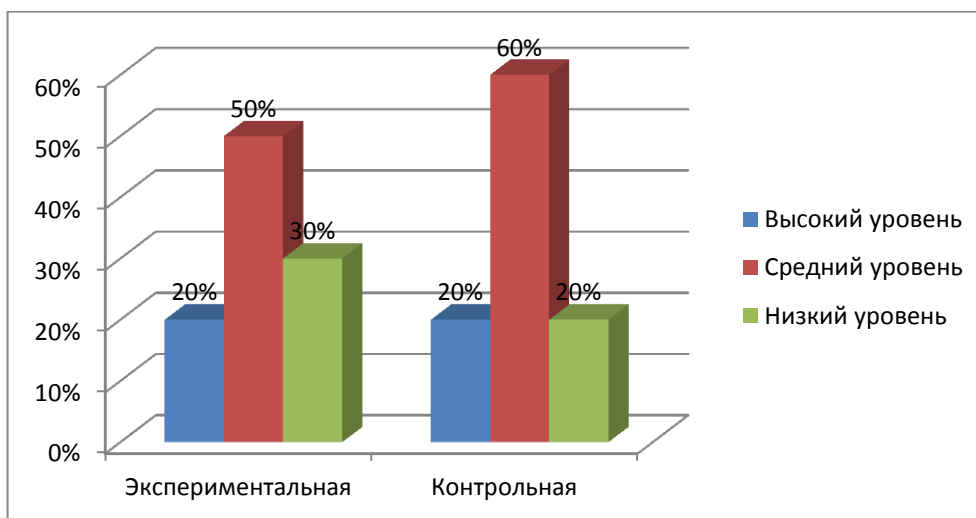


Рисунок 1 – Результаты исследования по методике «Нарисуй себя»

Согласно рисунку 1 низкий уровень представлений о себе был отмечен у 2-х человек (20%) в контрольной группе и у 3-х человек (30%) в экспериментальной группе. При этом портреты Артема П., Ромы М. и Антона Д. были как «головоноги». И на всех портретах отсутствовали главные детали (глаза, брови, уши).

Средний уровень представлений о себе был выявлен у большинства детей: 50% в экспериментальной группе (ЭГ) и 60% в контрольной группе (КГ). При этом Захар А. и Полина А. нарисовали неполные портреты – в портрете Захара отсутствовал нос, а Полина А. в портрете не нарисовала уши. Марк Г. и Сережа И. хоть и отразили в своих портретах все необходимые элементы, но портреты были выполнены преимущественно в черных и коричневых тонах, синий цвет вообще не использовался.

Портреты Василисы Р. и Миланы О. были представлены в качестве «головоногов», при этом в портретах преобладали красный и синий цвета.

Высокий уровень сформированности представлений о себе был отмечен у двух человек (20%) – как в контрольной группе, так и в экспериментальной. При этом все они очень четко прорисовали свой портрет: на рисунках были прорисованы все детали: нос, рот, губы, брови, глаза, уши. При составлении рисунков детьми использовались преимущественно синий и красный цвета.

На основании этого можно сделать вывод, что у большинства детей сформирован высокий и средний уровень представлений о себе. Тем не менее, как в контрольной, так и в экспериментальной группе присутствуют дети с низким уровнем представлений о себе.

Методика 2. «Лесенка» (М.И. Лисина, Я.Л. Коломинский).

Цель: выявить отношение детей к себе и определить их самооценку.

Содержание методики: необходимые материалы: рисунок лестницы (7 ступенек), фигурки мальчика и девочки.

Инструкция: «Посмотри, какая у меня лесенка, видишь, тут стоит ребенок. А вот на ступеньку выше ставят хороших детей (показывают), еще выше – очень хороших детей, а на самую высокую ступеньку ставят самых хороших детей. На ступеньку ниже ставят плохих детей (показывают), еще ниже – очень плохих, а на самой нижней, стоят самые плохие дети. На какую ступеньку ты поставишь себя? А на какую ступеньку тебя поставит мама? (воспитатель?)» [18].

Для проведения исследования перед ребенком кладут лесенку, а в середину ставят фигурку ребенка. Затем объясняют ребенку значение ступенек. При этом важно уточнить, понятны ли детям значения ступенек. После этого детям задают вопросы и фиксируют их ответы.

Критерии оценивания:

– «1-3 балла: ребенок поставил себя на одну из трех нижних ступенек, что свидетельствует о заниженной самооценке ребенка и об отрицательном



отношении к самому себе. Положение на самой нижней ступени говорит о нарушении у ребенка структуры личности на данный момент;

– 4-5 баллов: ребенок оставил себя на средней ступени или же поставил себя на пятую ступень. Это свидетельствует о том, что у ребенка нет отрицательного отношения к себе, но и положительно ребенок себя оценить не может. Положение на данных ступенях считается нормой, если ребенок объясняет, почему он не может поставить себя на самую высокую ступень;

– 7-6 баллов: ребенок поставил себя на 6 или на 7 (самую высокую ступень). Это свидетельствует о том, что ребенок имеет высокую самооценку и положительное отношение к себе. Наличие завышенной самооценки является нормой для данного возраста» [13].

В ходе исследования оцениваются три компонента:

– «Я – эмоциональное» – отношение ребенка к тому, на какой ступени он находится, по мнению взрослых.

– «Я – идеальное» ступень, на которой взрослые его бы расположили, по мнению ребенка.

– «Я – реальное» – ступень, на которой ребенок расположил сам себя.

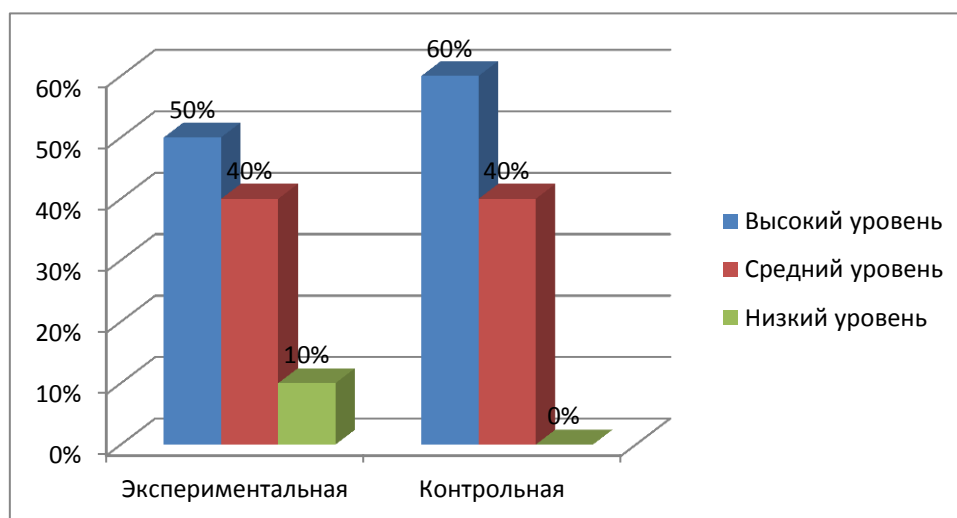


Рисунок 2 – Результаты исследования по методике «Лесенка»  
(компонент «Я-эмоциональное»)

На основании полученных данных можно сделать вывод, что

компонент «Я-эмоциональное» сформирован на достаточном уровне, только у 1 человека в экспериментальной группе был отмечен низкий уровень сформированности данного компонента.

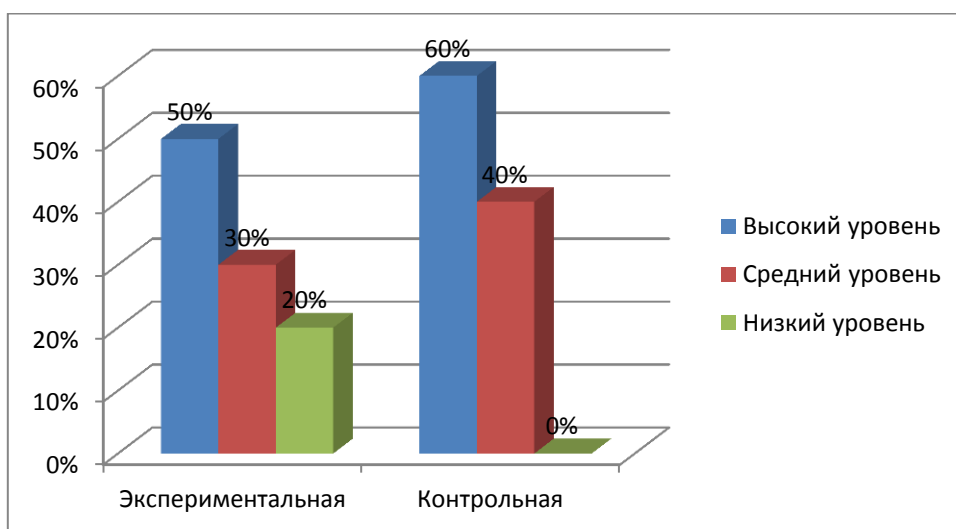


Рисунок 3 – Результаты исследования по методике «Лесенка»  
(компонент «Я-идеальное»)

На основании полученных данных можно сделать вывод, что в контрольной группе сформированность компонента «Я-идеальное» совпадает с уровнем сформированности «Я-эмоциональное», а у детей экспериментальной группы сформированность компонента «Я-идеальное» несколько ниже, чем «Я-эмоциональное», то есть дети считают, что взрослые их расположили бы на ступень ниже.

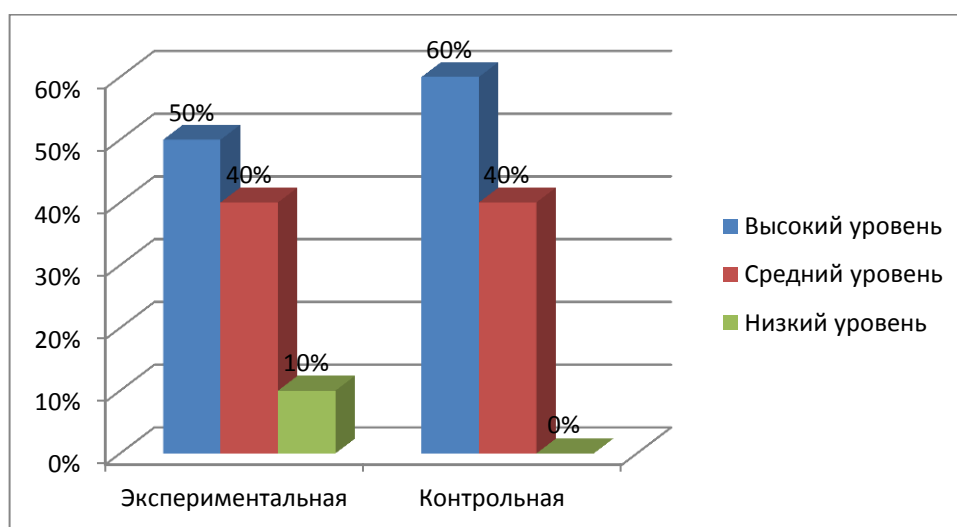


Рисунок 4–Результаты исследования по методике «Лесенка»  
(компонент «Я-реальное»)

На основании полученных данных можно сделать вывод, что уровень сформированности компонента «Я-реальное» совпадает с компонентом «Я-эмоциональное», что является положительной тенденцией.

Результаты распределения полученных ответов по методике представлены в приложении В.

По полученным данным можно сделать вывод, что в контрольной группе низкий уровень сформированности самооценки и отношения к себе не был отмечен ни у одного ребенка.

Средний уровень самооценки имеет большинство детей – 6 человек (60%). Эти дети имеют высокий уровень самооценки, что для детей данного возраста является нормой. 4 человека в процессе эксперимента поместили себя на ступень «очень хорошие». При этом большинство из них (3 человека) отметили, что мама бы их поставила на ступень ниже. 2 ребенка (Андрей Ш. и София А.) не поставили себя на самую высокую ступень, мотивируя это тем, что они «иногда балуются и любят похулиганить».

Высокий уровень самооценки и отношения к себе был выявлен у 4-х детей (40%). При этом Злата А., Василиса Р. и Ярослав Б. разместили себя на ступеньке «самые хорошие», но при этом указали, что мама бы их разместила на ступень ниже.

В экспериментальной группе низкий уровень самооценки и отношения к себе был выявлен у 1 человека. При этом на вопрос «Почему ты поставил себя на эту ступень?» Артем П. ответил, что «мама меня постоянно ругает, значит, я очень плохой».

Средний уровень самооценки и сформированности представлений о себе был выявлен у 4 детей (40%). При этом трое из них (Захар А., Арина К. и Полина А.) отметили, что мама и воспитатель поставили бы их на ступень ниже.

Высокий уровень сформированности самооценки и представлений о себе был отмечен у большинства детей (60%) – 6 детей поставили себя на

ступень «самые хорошие», что, как уже было отмечено, для данного возраста является нормой.

На основании этого можно сделать вывод, что у большинства детей как в контрольной, так и в экспериментальной группе самооценка и отношения к себе достаточно сформированы. Однако, у некоторых детей (Артем П.) был отмечен низкий уровень самооценки.

Методика 3. «Изучение уровня самосознания» (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина)

Цель: выявить уровень сформированности представлений о себе у ребенка и соотношение «Я-реального» и «Я-идеального».

Необходимые материалы: бланк с таблицей (на каждого ребенка), для занесения ответов.

Инструкция: ребенку предлагается ответить на два ряда вопросов. Первый вариант вопросов направлен на изучение осознания ребенком собственных предпочтений, а второй – на изучение осознания ребенком прошлых и будущих действий. Количество вопросов и их форма особо жестко не фиксируются.

Проведение исследования: эксперимент проводится индивидуально с каждым ребенком. Взрослый задает ребенку вопросы, изменяет их и делает уточнения, при необходимости, чтобы донести смысл вопроса до ребенка и получить от него ответ. Ответы детей записываются и вносятся в общую таблицу.

Оценка результатов.

Анализ осознания ребенком собственных предпочтений:

- 1 балл: ребенок не отвечает на вопросы или дает неопределенный ответ («я не знаю» и др.);
- 2 балла: ребенок называет предметы, которые находятся в его поле зрения;
- 3 балла: ребенок называет только конкретные предметы (не находящиеся в его поле зрения);

– 4 балла: ребенок называет конкретные виды деятельности и любимые игры;

– 5 баллов: ребенок свободно отвечает на вопросы. Ребенок осознает, что ему интересно, а что нет.

Вычисляется наиболее частый способ ответа на вопросы и ставится соответствующее количество баллов.

Анализ осознания ребенком прошлых и будущих действий:

– 1 балл: ребенок не отвечает на вопросы или дает неопределенный ответ («я не знаю» и др.);

– 2 балла: на большинство вопросов ребенок дает один и тот же ответ;

– 3 балла: ребенок перечисляет только режимные моменты;

– 4 балла: ребенок кратко перечисляет свои действия;

– 5 баллов: ребенок дает развернутый рассказ о своих прошлых и будущих действиях.

Вычисляется наиболее частый способ ответа на вопросы и ставится соответствующее количество баллов. Результаты распределения полученных ответов по методике представлены в приложении Г.

По результатам исследования по данной методике были сделаны следующие выводы.

В контрольной группе низкий уровень самосознания не был отмечен ни у одного ребенка. Средний уровень самосознания был отмечен у большинства детей (70%): дети могли описать свои предпочтения.

Высокий уровень самосознания был выявлен у троих детей (30%). Дети четко осознают свои предпочтения, понимают, что им нравится, а что нет. На вопрос «а почему нет?» дают развернутые аргументированные ответы.

В экспериментальной группе низкий уровень сформированности самосознания был выявлен только у одного ребенка (10%): Артем П. на большинство вопросов не смог ответить, на следующие давал простые ответы, не мог их аргументировать.

Средний уровень сформированности самосознания был выявлен у большинства детей (60%). Высокий уровень сформированности самосознания отмечен у 3-х детей (30%).

Для наглядности полученные данные представим графически на рисунке 5.

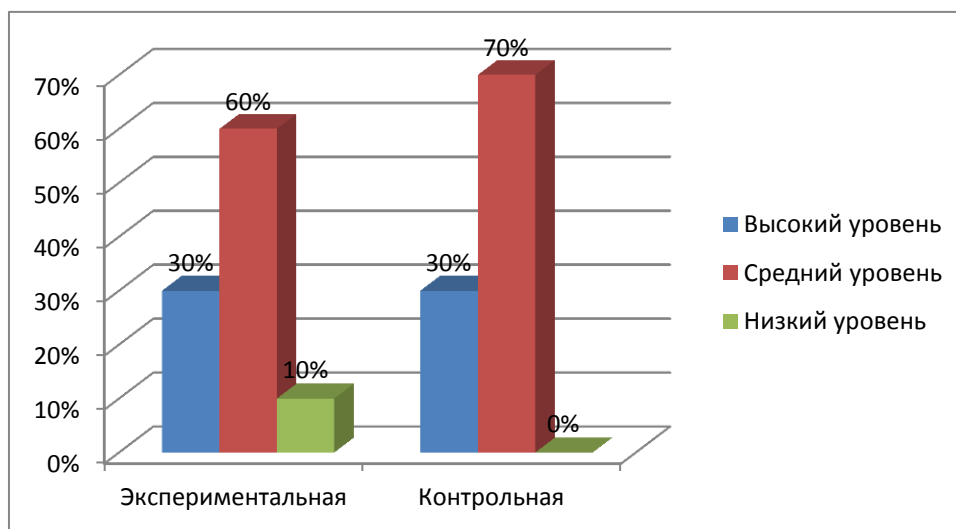


Рисунок 5 – Результаты исследования по методике «Изучение уровня самосознания»

На основании проведенных диагностических методик и выявления результатов по всем показателям были определены сводные уровни сформированности образа «Я»:

Низкий уровень сформированности образа «Я» – у детей отмечаются отдельные элементарные представления о себе, слабо прослеживаются предпочтения и отсутствуют представления о своих умениях.

Средний уровень сформированности образа «Я» – у детей неточные представления о себе, нечетко отражаются собственные предпочтения и представления о своих умениях.

Высокий уровень сформированности образа «Я» – у детей четко сформированы представления о себе, предпочтения и умения.

Результаты выявления уровней сформированности образа «Я» у детей экспериментальной и контрольной группы по результатам констатирующего этапа эксперимента отражены на рисунке 6.

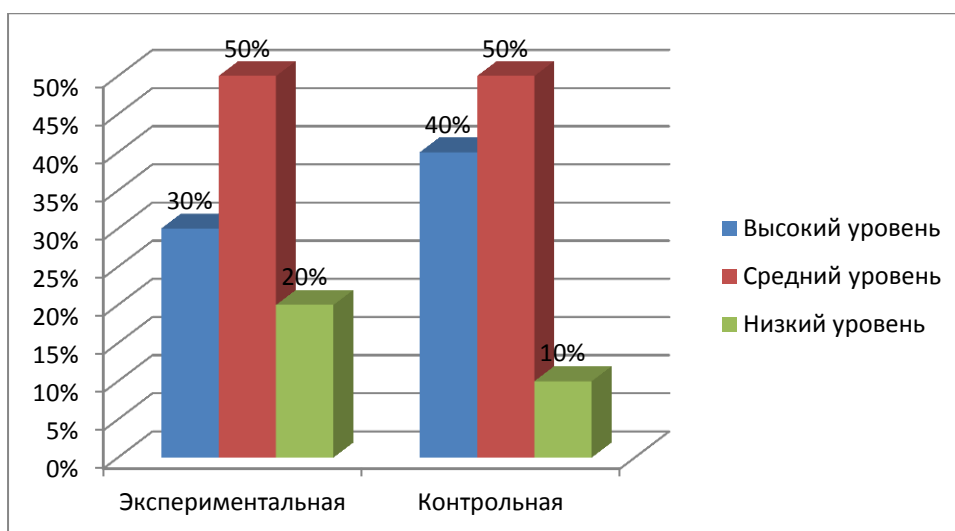


Рисунок 6 – Уровни сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет

Таким образом, на основании полученных данных можно сделать следующие выводы:

- в экспериментальной группе у большинства детей – 50% был выявлен средний уровень сформированности образа «Я», у 30% – высокий уровень, и у 20% – низкий уровень.

- в контрольной группе показатели распределились следующим образом: у большинства детей (50%) также был отмечен средний уровень сформированности образа «Я». У 40% был отмечен высокий уровень сформированности образа «Я» и у 10% – низкий.

При этом в ходе исследования было отмечено, что многие дети имеют неточные представления о себе, не могут четко отразить собственные предпочтения и представления о своих умениях.

В группах присутствуют дети (20% – в экспериментальной группе и 10% в контрольной группе), у которых был отмечен низкий уровень сформированности образа «Я». Данные дети не имеют четких представлений о себе, своих предпочтениях и умениях.

Поэтому несмотря на то, что большинство детей в группе с высоким и средним уровнем сформированности образа «Я», у некоторых образ «Я» сформирован очень слабо. Поэтому необходимо провести коррекционную

работу по формированию образа «Я».

## **2.2 Содержание работы по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии**

Как уже было отмечено, несмотря на то, что большинство детей в группе с высоким и средним уровнем сформированности образа «Я», у некоторых образ «Я» сформирован очень слабо. Поэтому необходимо провести коррекционную работу по формированию образа «Я».

В качестве основного метода формирования образа «Я» у детей 6-7 лет был выбран метод изотерапии.

Основная цель изотерапии состоит в гармонизации состояния ребенка через развитие способности самовыражения. Занятия по изотерапии придают сил, уверенности, могут помочь найти выход из сложной ситуации. Развивают творческое и пространственное мышление, речь, мелкую моторику. Использование художественного творчества оказывает помощь в повышении самооценки и адекватного принятия себя в социуме. В процессе творчества на поверхность выходят многие проблемы, которые были глубоко скрыты и решаются они безболезненно. Высвобожденные внутренние переживания и чувства находят свое выражение в творческих работах, улучшая общее состояние и приводя в равновесие душевный мир ребенка, формируя адекватный образ «Я» у ребенка. В ходе изотерапии характер работы, как правило, меняется. Образы становятся более позитивными, красочными, гармоничными. Этот показатель является одним из критериев эффективности изотерапии.

Основная цель формирующего этапа эксперимента – формирование образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии если при этом:

– включены в развивающую работу с детьми средства и методы изотерапии (техника медитативного рисунка, рисование пальцами, рисунок на стекле, штриховка и каракули);



– проведена поэтапная работа с детьми по обучению техникам изотерапии от простых техник до самостоятельного создания творческого продукта;

– организована работа с родителями по ознакомлению со средствами изотерапии для формирования образа «Я» у детей 6-7 лет.

Формирующий эксперимент по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии проходил в три этапа:

1 этап – подготовительный;

2 этап – основной;

3 этап – заключительный.

В таблице 2 представлена характеристика основных этапов формирующего эксперимента по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии

Таблица 2– Характеристика основных этапов формирующего эксперимента по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии

Этап	Форма работы	Направления работы
1 этап подготовительный	Беседа, дискуссии	1. Дать определение изотерапии; охарактеризовать его важность и необходимость 2. Провести инструктаж по технике безопасности
2 этап основной	Изотерапия	1. Занятия по изотерапии
3 этап заключительный	Беседа, дискуссии	Подведение итогов работы: анализ деятельности, самооценка; рефлексия

С целью формирования образа «Я» у детей 6-7 лет были использованы следующие техники и приемы изотерапии:

1. Техника медитативного рисунка – мандала («магический круг»). Мандала помогает стимулировать основные внутренние источники, запечатленные на глубинных уровнях разума, включая механизмы саморегуляции. Это психологический преобразователь, помогающий ребёнку снизить эмоциональное напряжение, развить воображение, активизировать творческий ресурс.

2. Приём рисование пальцами. Данный способ способствует индивидуальному самовыражению ребенка. Ребёнок получает опыт эмоционального принятия себя в процессе рисования, расширяет и обогащает образ собственного «Я».

3. Приём рисунок на стекле. Получая новые визуальные впечатления от рисования на стекле, ребёнок активно развивает тактильные ощущения.

4. Приём штриховка и каракули. Создавая хаотичные и ритмичные тонкие линии на бумаге с помощью карандашей и мелков, ребёнок высвобождает себя от накопившейся негативной энергии и напряжения.

Изотерапия проводилась в активной форме, то есть дети рисовали сами то, что они видели в своем воображении на заданную тему.

Таким образом, на основном этапе формирующего эксперимента были проведены занятия по изотерапии. Занятия по изотерапии проводились с детьми экспериментальной группы два раза в неделю (понедельник, пятница) в одно и то же время (во второй половине дня, после полдника).

Каждое занятие по изотерапии проходило с учетом определенных принципов:

1. Сначала ребенок для себя определяет тему рисунка или же рисует абсолютно произвольно. В этот момент педагог-психолог следит за тем, как происходит процесс рисования.

2. Затем ребенок описывает то, что он изобразил. Педагогу-психологу в этот момент нужно особенное внимание обратить на то, с какими эмоциями ребенок все это рассказывает.

3. Педагог-психолог, который занимается с ребенком, должен высказать свою точку зрения, что он думает относительно того, что видит на рисунке.

4. Далее начинается совместное обсуждение рисунка.

Все занятия по изотерапии строились по специально разработанному плану.

Таблица 3 – Характеристика основных этапов занятий по изотерапии

Этап	Направления работы
1 этап подготовительный	Приветствие: занятие начинается с приветствия, которое должно сплотить детей, создать атмосферу группового принятия и доверия. Далее для включения в работу предлагается разминка, включающая в себя релаксационные упражнения с музыкальным сопровождением. Детей рассаживают на стулья, которые поставлены в круг. Один взрослый читает текст, а второй взрослый проводит с детьми упражнение на расслабление. Цель упражнения снять мышечное напряжение. Далее проводят упражнение на развитие воображения. Детей просят рассказать об ощущениях и мыслях во время «путешествия».
2 этап основной	Изотерапия: Дети сидят за одним большим столом. Психолог дает инструкцию изобразить что-либо (в зависимости от целей занятия). Детям предоставляют возможность самим выбирать средства и материал для изобразительной работы.
3 этап заключительный	Подведение итогов: Детям предлагают дать оценку занятию (что было хорошо — что плохо, что понравилось — что не понравилось) и для чего мы это делали

С учетом индивидуальных и возрастных особенностей работа реализовывалась в подгруппах детей, состоящих из 3-4 человек.

Тематический план занятий представлен в приложении Д.

Групповая работа реализовывалась в соответствии со следующими требованиями (Р.Р. Калинина).

1. Добровольное участие детей в занятии. Мы не можем насильно тянуть за уши личность, чтобы она скорее выросла, – мы можем лишь создать условия для ее развития.

2. Необходимым условием проведения занятий являются доверительные и доброжелательные отношения между детьми и взрослым. Без доверия и чувства безопасности со стороны ребенка невозможно рассчитывать на получения положительного результата.

3. Занятия нужно проводить в естественной и привычной для дошкольников среде, а также в форме игры или беседы.

4. Безоценочное отношение к детям и принятие личности каждого ребенка.

Групповая работа с детьми предполагала развитие адекватной самооценки и доброжелательного отношения к сверстнику; развитие самоанализа; развитие представлений о социально-личностных качествах; формирование активной субъектной позиции; развитие личности ребенка через самовыражение и творчество.

Задачами групповой работы являлись:

1. Создать комфортную обстановку для каждого участника.
2. Снять эмоциональное и физическое напряжения у детей.
3. Развить способность адекватно и полно познавать себя и других людей.
4. Снять барьеры, мешающие реальным позитивным действиям.

Перейдем к описанию групповой работы с детьми. Мы представили описание отдельных фрагментов работы с детьми. Первым шагом работы в этом блоке было проведение занятия «Давайте представимся», целью которого было создать комфортную обстановку для каждого участника.

Вначале мы провели разминку, где использовали упражнение «Мое имя». Экспериментатор рассказал детям о том, что каждому человеку при рождении родителями дается имя и, предложил детям каждому по кругу рассказать о том, какое звучание его имени ему больше нравится и какое не нравится, как он хочет, чтобы его называли в группе. Во время упражнения экспериментатором было замечено, что дети в основном предлагали называть их стандартными именами: Арина, Сережа, Кира. Отличились только трое детей: Даша Ш. сказала, что ей нравится, когда ее называют «Дашуля», Ярослав сказал, что ему нравится, когда его называют «Ярик», а Марк Г. отметил, что ему очень не нравится, когда его называют «Марик». После

переговоров экспериментатор предложил опять повторить, кого как будут теперь звать в группе.

После этого упражнения перешли к основной части занятия, которое началось с упражнения «Давайте поздороваемся». В начале упражнения экспериментатор провел беседу о том, что существуют разные способы приветствия, реально существующие, например, с помощью слов «Здравствуйте», «Добрый день», «Привет» и т.д. А также можно поздороваться за руку, помахать рукой, кивнуть головой и т.д. А ещё бывают шуточные приветствия, например – поздороваться плечом, спиной, рукой, носом, щекой и т.д. Экспериментатор предложил детям выдумать свой собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и поздороваться им. Дети эмоционально отреагировали на предложение экспериментатора, но в основном использовали приветствия, предложенные экспериментатором. Рома М. отметил, что самое интересное – это здороваться «плечом», и сразу же «поздоровался» так с одноклассниками.

После чего детям дома вместе с родителями придумать свое новое оригинальное приветствие, и на последующих занятиях дети будут сами, по очереди, предлагать ранее не использованный способ приветствия.

После этого детям было предложено поиграть в игру «Твое имя похоже...», где выбирался водящий, а остальные дети придумывали, на какой цветок похоже его имя. Ребенок, назвавший цветок, который больше всего понравился водящему, становился следующим водящим.

Во время игры дети большинство детей затруднялись ассоциировать имена с цветами. Только у Златы А. сразу же возникла ассоциация – «я – Злата, значит золотая, я буду одуванчиком, он тоже золотой».

Остальные дети с помощью экспериментатора дети выбрали себе названия цветов.

В заключение занятия экспериментатор предложил детям придумать ритуал прощания, которым будут заканчиваться все занятия. Дети предлагали всеобщее рукопожатие, похлопывание по плечу, встать в круг и

сказать всем «до свиданья». Рома М. предложил прощаться также, как и здороваться – плечом. И опять «попрощался» таким способом с детьми, чем опять повысил эмоциональный фон в группе.

Окончательным вариантом был выбран ритуал прощания, где все дети вместе с экспериментатором встают в плотный круг, лицом в центр, вытягивают руки вперед и складывают ладошки друг на друга, затем громко кричат: «Всем-всем до свиданья!» и затем расцепляют руки.

При проведении занятий изотерапии с детьми использовались следующие упражнения.

«Нарисуй себя». Все дети эмоционально подошли к выполнению задания, использовали яркие цвета. Многие рисовали себя на природе, вместе с папой и мамой. Артем П. нарисовал себя в ракете, а на вопрос экспериментатора ответил – «когда я вырасту, буду космонавтом».

«Нарисуй свои страхи». Ребенку было нужно нарисовать то, что его тревожит, угнетает, чего он больше всего боится. Это очень хорошее упражнение, которое помогает предотвратить стрессовые для ребенка ситуации и научить его, как ему нужно себя вести, если он в них снова попадет. В основном дети рисовали темноту. Даша Ш. нарисовала огромного паука.

«Нарисуй человека, которого ты любишь». Почти все дети нарисовали маму. Только Полина А. нарисовала бабушку, а Ярослав – папу.

«Нарисуй доброе животное». Экспериментатор предложил детям нарисовать доброе животное и назвать его ласковым именем, наградить его каким-нибудь «волшебным» средством понимания». Рисование проводилось под тихую, спокойную музыку цветными карандашами на нелинованных белых листах. Затем была устроена выставка рисунков добрых животных и правилось обсуждение рисунков. Проводилось обсуждение по вопросам: Что говорит о том, что это животное доброе? Какие средства использовал художник? Дети отвечали: «улыбка», «красивые цвета». Марина И. отметила, что вообще все животные добрые.

Детям было предложено сделать коллаж на заданную изначально тему. Выдать ему разные виды бумаги, краски, фломастеры, карандаши, газеты, ножницы и клей. Пусть ребенок, создавая коллаж, думает о том, чего хочет добиться, как он это будет делать, и что он должен делать, чтобы желаемое им произошло. В ходе выполнения задания дети делали коллажи на тему «кем я стану, когда вырасту». Артем П. нарисовал себя космонавтом, Даша Ш. - ветеринарным врачом, Захар А. – полицейским. Полина А. нарисовала сразу два образа – балерину и учителя, ответив, «что она еще точно не решила, кем станет».

Также в рамках формирующего эксперимента проводилась работа с родителями, основной целью которой было знакомство родителей со средствами изотерапии для развития образа «Я». Работа была проведена в форме родительского собрания, план-конспект которого представлен в приложении Е.

### **2.3 Динамика уровня сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии**

После проведения мероприятий по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии была оценена эффективность проделанной работы.

Для этого было проведено исследование по тем же самым методикам, что и на этапе констатации (контрольный этап эксперимента). Описание всех диагностических методик представлено в п.2.1.

Проанализируем полученные данные.

Методика 1. «Нарисуй себя».

Результаты распределения полученных ответов по методике на этапе контроля представлены в приложении Ж. Для наглядности полученные данные представим графически на рисунке 7.

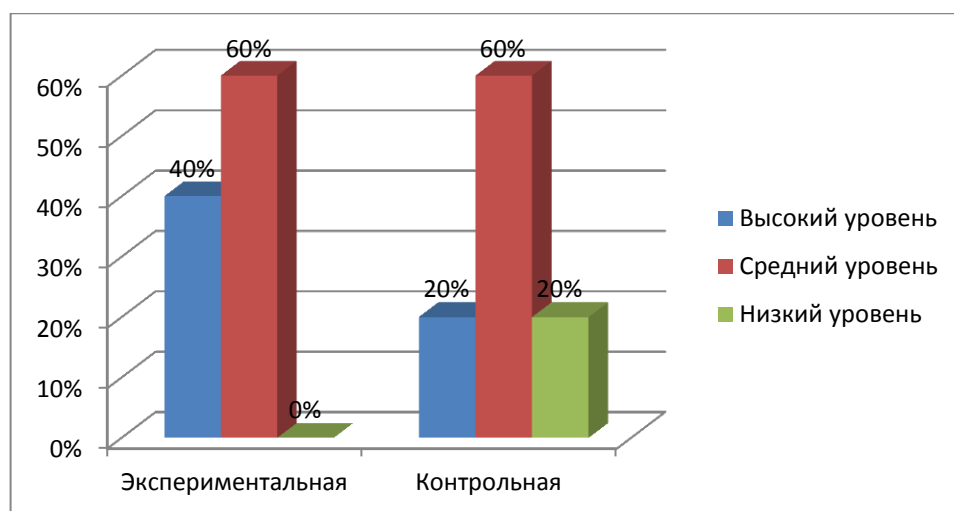


Рисунок 7 – Результаты исследования по методике «Нарисуй себя»

Согласно рисунку 7 у участников экспериментальной группы показатели значительно улучшились: низкий уровень представлений о себе не был отмечен ни у одного ребенка; у 6 человек (60%) был отмечен средний уровень представлений о себе и у 4 человек (40%) – высокий уровень.

Ни у одного из детей не было больше «головоногов», дети прорисовали все необходимые элементы и использовали в работе синие и красные цвета.

Результаты по контрольной группе не изменились.

Методика 2. «Лесенка». Результаты представлены на рисунках 8-10.

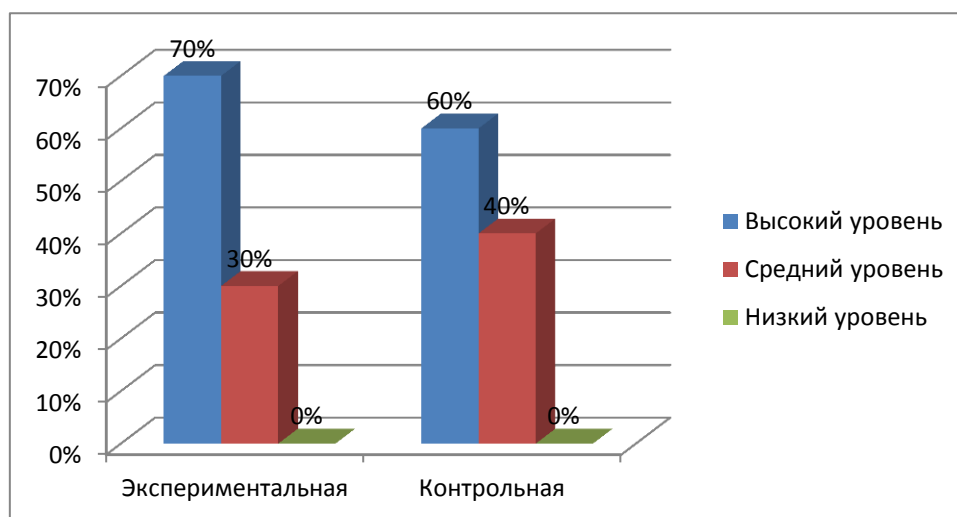


Рисунок 8 – Результаты исследования по методике «Лесенка»  
(компонент «Я-эмоциональное»)



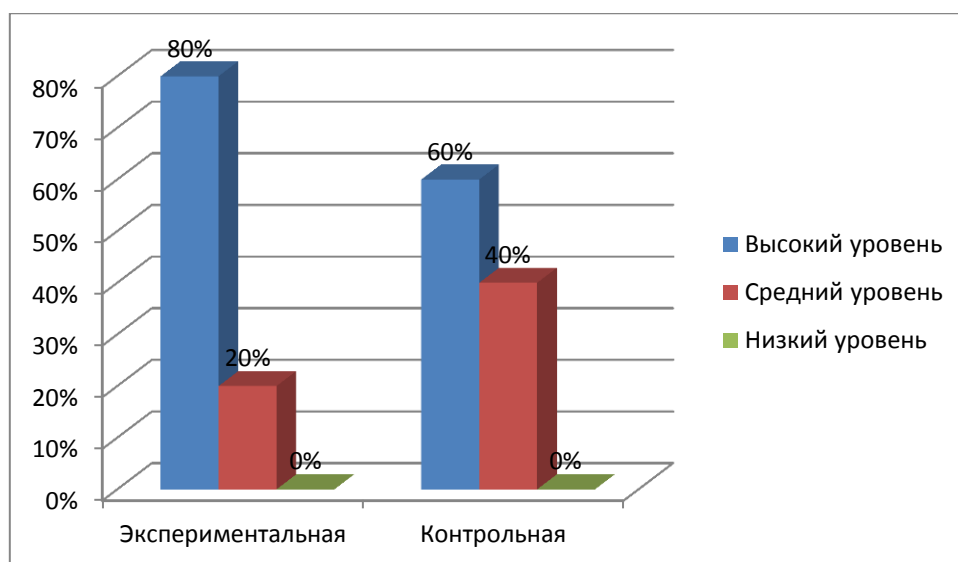


Рисунок 9 – Результаты исследования по методике «Лесенка»  
(компонент «Я-идеальное»)

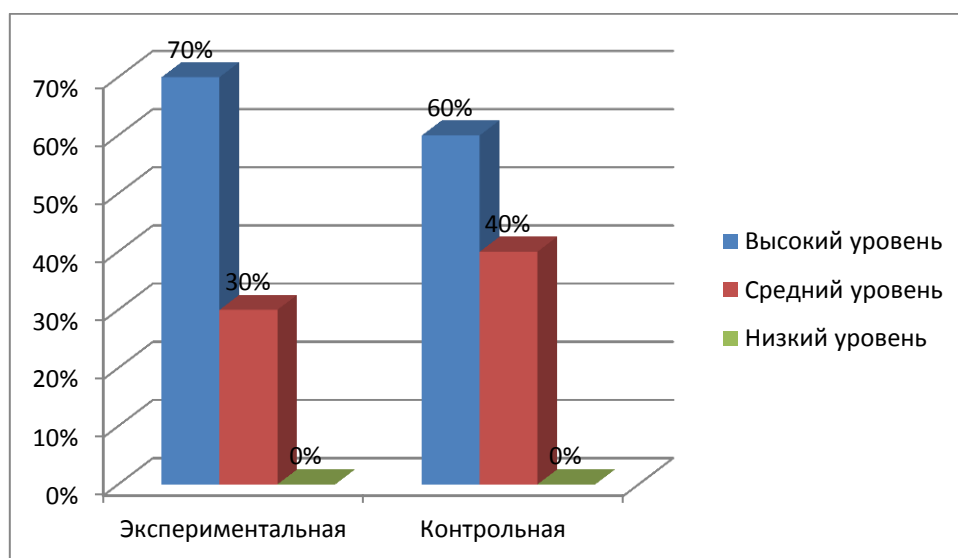


Рисунок 10 – Результаты исследования по методике «Лесенка»  
(компонент «Я-реальное»)

Результаты распределения полученных ответов по методике «Лесенка» представлены в приложении И.

По полученным данным можно сделать вывод, что в экспериментальной группе на этапе контроля ни у одного из детей не был отмечен низкий уровень самооценки. При этом хоть и сократилось до 30% число детей со средним уровнем самооценки, уровень детей с высокой самооценкой значительно повысился – до 70%. На этапе контроля дети ставили себя на высокие ступени. При этом все из них отмечали, что мама

поставила бы их на эту же ступень.

Результаты по контрольной группе не изменились.

На основании полученных данных можно сделать вывод о повышении уровня самооценки у участников экспериментальной группы на этапе контроля.

Методика 3. «Изучение уровня самосознания».

Для наглядности полученные данные представим графически на рисунке 11.

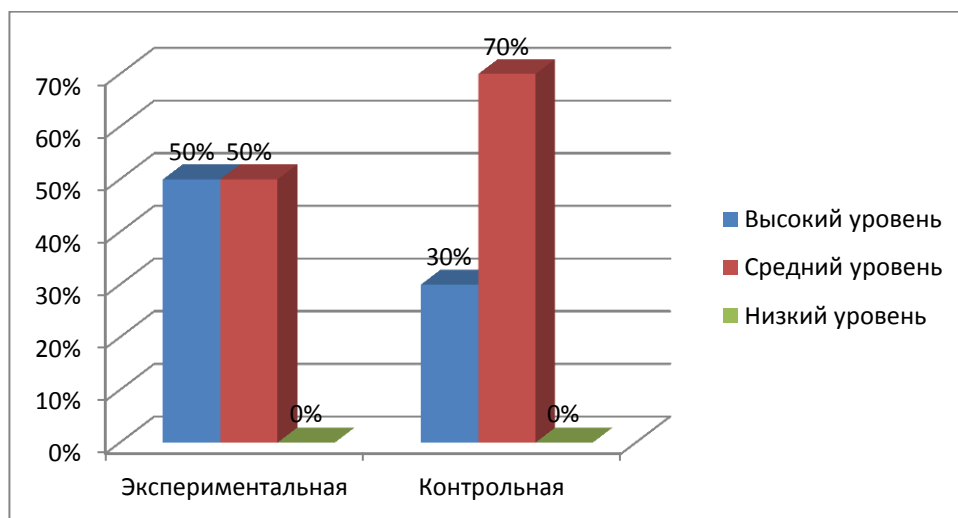


Рисунок 11 – Результаты исследования по методике «Изучение уровня самосознания»

Результаты распределения полученных ответов по методике представлены в Приложении К.

По результатам исследования по данной методике на этапе контроля были сделаны следующие выводы.

В экспериментальной группе показатели значительно улучшились: на этапе контроля низкий уровень самосознания не был отмечен ни у кого из детей.

У 50% детей был отмечен средний уровень самосознания: почти все дети с легкостью описывали свои предпочтения, а у 50% был отмечен высокий уровень самосознания: дети четко осознают свои предпочтения, понимают, что им нравится, а что нет. На вопрос «а почему нет?» дают

развернутые аргументированные ответы.

Результаты по контрольной группе не изменились.

Результаты выявления уровней сформированности образа «Я» у детей экспериментальной и контрольной группы на контрольном этапе эксперимента отражены на рисунке 12.

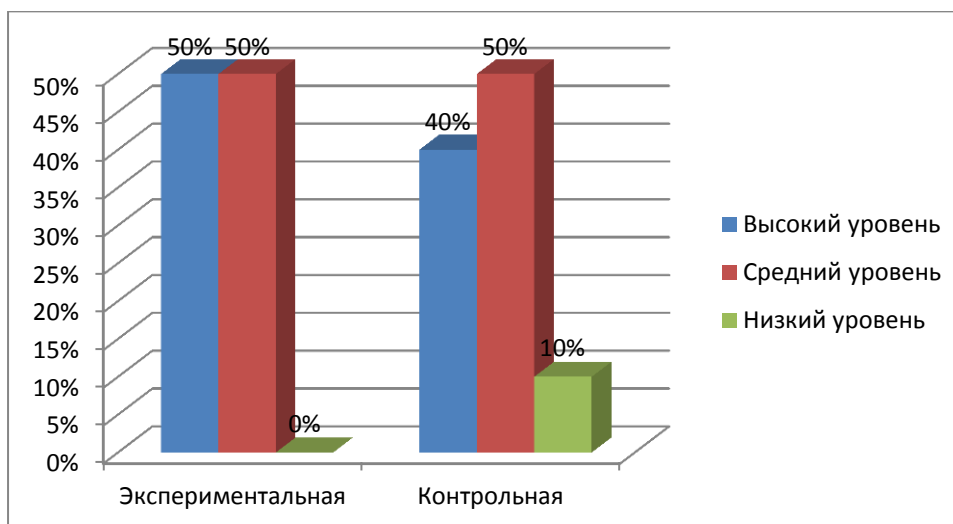


Рисунок 12 – Уровни сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет на контрольном этапе

Таким образом, на основании полученных данных можно сделать следующие выводы:

– в экспериментальной группе на этапе контроля показатели улучшились: у большинства детей – 50% был выявлен средний уровень сформированности образа «Я», у 50% – высокий уровень. Низкий уровень не было отмечен ни у одного ребенка.

– в контрольной группе показатели не изменились: у большинства детей (50%) также был отмечен средний уровень сформированности образа «Я». У 40% был отмечен высокий уровень сформированности образа «Я» и у 10% – низкий.

Динамика уровня сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет экспериментальной группы на этапе констатации и контроля представлен на рисунке.

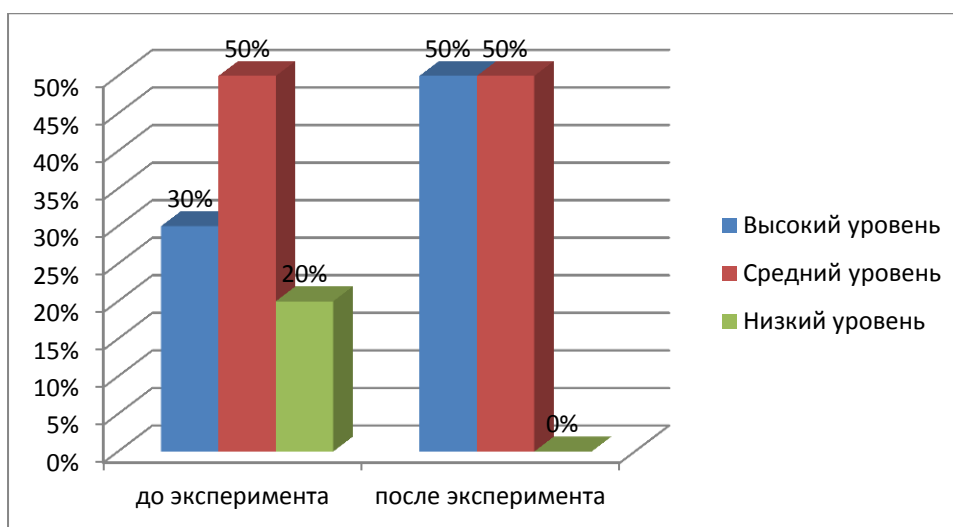


Рисунок 13 – Динамика уровня сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет в экспериментальной группе

Полученные данные свидетельствуют об эффективности проведенной работы по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии.

Таким образом можно сделать вывод, что цель работы достигнута, задачи решены и гипотеза доказана.

## Заключение

По результатам проведенного исследования можно сделать следующие выводы.

Во-первых, на основе анализа психолого-педагогической литературы по проблеме исследования было выявлено, что изотерапия достаточно успешно корректирует образ «Я», который ранее мог быть деформированным, улучшает самооценку, способствует устранению неадекватных форм поведения, налаживанию способов взаимодействия с другими людьми.

Во-вторых, в рамках исследования был выявлен уровень сформированности образа «Я» у детей 6-7 лет. По результатам проведенного диагностического исследования были сделаны определенные выводы. В экспериментальной группе у большинства детей – 50% был выявлен средний уровень сформированности образа «Я», у 30% – высокий уровень, и у 20% – низкий уровень. В контрольной группе показатели распределились следующим образом: у большинства детей (50%) также был отмечен средний уровень сформированности образа «Я». У 40% был отмечен высокий уровень сформированности образа «Я» и у 10% – низкий.

При этом в ходе исследования было отмечено, что многие дети имеют неточные представления о себе, не могут четко отразить собственные предпочтения и представления о своих умениях. В группах присутствуют дети (20% в экспериментальной группе и 10% в контрольной группе), у которых был отмечен низкий уровень сформированности образа «Я».

Поэтому несмотря на то, что большинство детей в группе с высоким и средним уровнем сформированности образа «Я», у некоторых образ «Я» сформирован очень слабо. Поэтому появилась необходимость провести коррекционную работу по формированию образа «Я».

В-третьих, в рамках исследования было разработано и апробировано содержание работы по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет

посредством изотерапии. Изотерапия проводилась в активной форме, то есть дети рисовали сами то, что они видели в своем воображении на заданную тему. Занятия по изотерапии проводились с детьми экспериментальной группы два раза в неделю (понедельник, пятница) в одно и то же время (во второй половине дня, после полдника).

Содержание работы было следующим: включены в развивающую работу с детьми средства и методы изотерапии (техника медитативного рисунка, рисование пальцами, рисунок на стекле, штриховка и каракули); проведена поэтапная работа с детьми по обучению техникам изотерапии от простых техник до создания творческого продукта; организована работа с родителями по ознакомлению со средствами изотерапии для формирования образа «Я» у детей 6-7 лет.

После проведения мероприятий по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии была оценена эффективность проделанной работы. Для этого снова было проведено исследование по тем же самым методикам, что и на этапе констатации (контрольный этап эксперимента).

На основании полученных данных были сделаны следующие выводы.

– в экспериментальной группе на этапе контроля показатели улучшились: у большинства детей –50% был выявлен средний уровень сформированности образа «Я», у 50% – высокий уровень. Низкий уровень не было отмечен ни у одного ребенка.

– в контрольной группе показатели не изменились.

Полученные данные свидетельствуют об эффективности проведенной работы по формированию образа «Я» у детей 6-7 лет посредством изотерапии. Таким образом можно сделать вывод, что цель работы достигнута, задачи решены и гипотеза доказана.

## Список используемой литературы

1. Аверин, В.А. Психология личности: учебное пособие [Текст] / В.А. Аверин. – СПб. : Изд-во Михайлова В.А., 2013. – 89 с.
2. Арт-терапия – новые горизонты [Текст] / Под ред. А.И. Копытина. – М. : Когито-Центр, 2016. – 336с.
3. Берн, Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений [Текст] / Э. Берн. – М. : Директмедиа Паблишинг, 2008. – 302 с.
4. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание [Текст] / Р. Бернс. – М. : Прогресс, 2007. – 422 с.
5. Бернс, Р. Я-концепция и Я-образы. Самосознание и защитные механизмы личности [Текст] / Р. Бернс. – Самара: Издательский Дом «Бахрах», 2003. – 380 с.
6. Блохина, Т.С. Соотношение понятий «Я-концепция» и «образ Я» [Текст] / Т.С. Блохина // Акмеология. – 2017. – Вып. № 3. – С.23-28.
7. Бросова, Т.В. Песочная терапия – один из методов арт-терапии [Текст] / Т.В. Бросова // Проблемы современной науки и образования. – 2015. – №3(33). – С. 89-92.
8. Георгиевская, Д.А. Использование арт-терапевтических техник в работе с детьми дошкольного возраста [Текст] / Д.А. Георгиевская // Молодой ученый. – 2016. – №7. – С. 320-322.
9. Грегг, М.Е. Тайный мир рисунка [Текст] / М.Е. Грегг. СПб: Деметра, 2003. – 176 с.
10. Гуськова, Т.В. Личностные новообразования у детей в период кризиса 3 лет [Текст] / Т.В. Гуськова, М.Г. Елагина // Вопросы психологии. – 2007. – № 5. – С.26-35.
11. Дрезнина, М.В. Игры на листе бумаги [Текст] / М.В. Дрезнина. – Москва, «Искатель», 2018 – 79 с.
12. Киселева, М.В. Арт-терапия в работе с детьми [Текст] /

М.В. Киселева. – СПб. : «Речь», 2007.– 160 с.

13. Киселёва, М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми [Текст] / М. В. Киселёва. –СПб. : Речь, 2016. – 160 с.

14. Киселева, Т.Ю. Арт-терапия как психолого-педагогическая технология [Текст] / Т.Ю. Киселева // Сибирский педагогический журнал. – 2015. – № 11. – С. 218-225.

15. Киселева, Т.Ю. Педагогическая арт-терапия в работе с детьми / Т.Ю. Киселева [Текст] // Управление начальной школой. – М.: Информационный центр «МЦФЭР Ресурсы образования». – 2009. – №11. – С.11-21.

16. Коломинский, Я.Л. Диагностика и коррекция психического развития дошкольников [Электронный ресурс] / Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько. – М. : Просвещение, 1997 // Режим доступа: <http://www.koob.ru> (дата обращения: 12.01.2019).

17. Копытин, А.И. Теория и практика арт-терапии [Текст] / А.И. Копытин. – СПб. : Питер, 2002. – 368 с.

18. Лебедева, Л.Д. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии [Текст] / Л.Д. Лебедева, Ю.В. Никонорова, Н.А. Тараканова. – СПб.: Речь, 2016. – 336 с.

19. Прихожан, А.М. Диагностика эмоционально-ценностного отношения к себе у детей 4-9 лет [Текст] / А.М. Прихожан // Детский практический психолог. – М. : Просвещение. – 1995. – С. 32-35.

20. Психология самосознания: Хрестоматия [Текст] / Под ред. Д.Я. Райгородский. – Самара: Издательский дом «Бахрах-М», 2003. – 303 с.

21. Романова, И.О. Особенности формирования «образа Я» у детей дошкольного возраста [Текст] / И.О. Романова // Успехи современного естествознания. – 2013. – № 10. – С. 162-164.

22. Салтыкова-Волкович, М.В. Арт-терапия в работе с детьми [Текст]: пособие / М.В. Салтыкова-Волкович. – Гродно : ГрГУ, 2016. – 32 с.



23. Слободчиков, В.И. Психология человека: Учебное пособие [Текст] / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. – М. : Изд-во ПСТГУ, 2013. – 360 с.
24. Слободчиков, И.М. Развитие личности ребенка от трех до пяти лет [Текст] / В.А. Аверин, М.В. Осорина, И.М. Слободчиков [и др.]. – М.: Генезис, 2014. – 528 с.
25. Урунтаева, Г.А. Практикум по дошкольной психологии [Текст] / Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина. – М. : Издательский центр Академия, 2005.– 304 с.
26. Холодкова, В.Ю. Функции детского рисунка в формировании личности методами арт-терапии [Текст] / В.Ю. Холодкова // Приоритетные научные направления: от теории к практике. – 2016. – № 21. – С. 73-76.
27. Хухлаева, О.В. Тропинка к своему Я [Текст] / О.В. Хухлаева, О.Е. Хухлаев, И.М. Первушина. – М. : «Генезис», 2014. – 207 с.

## Приложение А

Список детей, участвующих в опытно-экспериментальной работе

№	Группа	Имя, Ф. ребенка	Возраст
1	Экспериментальная	Ярослав А.	6,0
2	Экспериментальная	Марина И.	7,0
3	Экспериментальная	Захар А.	6,3
4	Экспериментальная	Артем П.	6,0
5	Экспериментальная	Марк Г.	6,8
6	Экспериментальная	Арина К.	6,8
7	Экспериментальная	Сережа И.	6,2
8	Экспериментальная	Даша Ш.	6,5
9	Экспериментальная	Полина А.	6,9
10	Экспериментальная	Рома М.	7,0
11	Контрольная	Злата А.	7,0
12	Контрольная	Василиса Р.	6,9
13	Контрольная	Андрей Ш.	6,2
14	Контрольная	Мария К.	6,4
15	Контрольная	Антон Д.	6,8
16	Контрольная	Милана О.	7,0
17	Контрольная	Кира М.	6,2
18	Контрольная	София А.	6,4
19	Контрольная	Ярослав Б.	6,8
20	Контрольная	Дима О.	6,6

## Приложение Б

Уровни сформированности представлений о себе по методике  
«Нарисуй себя» на этапе констатации

№	Группа	Имя, Ф. ребенка	Уровень
1	Экспериментальная	Ярослав А.	низкий
2	Экспериментальная	Марина И.	высокий
3	Экспериментальная	Захар А.	средний
4	Экспериментальная	Артем П.	низкий
5	Экспериментальная	Марк Г.	средний
6	Экспериментальная	Арина К.	средний
7	Экспериментальная	Сережа И.	средний
8	Экспериментальная	Даша Ш.	высокий
9	Экспериментальная	Полина А.	средний
10	Экспериментальная	Рома М.	низкий
11	Контрольная	Злата А.	низкий
12	Контрольная	Василиса Р.	средний
13	Контрольная	Андрей Ш.	высокий
14	Контрольная	Мария К.	средний
15	Контрольная	Антон Д.	низкий
16	Контрольная	Милана О.	средний
17	Контрольная	Кира М.	средний
18	Контрольная	София А.	средний
19	Контрольная	Ярослав Б.	средний
20	Контрольная	Дима О.	высокий

## Приложение В

Уровни сформированности самооценки и отношения к себе по методике «Лесенка» на этапе констатации

№	Группа	Имя, Ф. ребенка	Уровень
1	Экспериментальная	Ярослав А.	средний
2	Экспериментальная	Марина И.	высокий
3	Экспериментальная	Захар А.	средний
4	Экспериментальная	Артем П.	низкий
5	Экспериментальная	Марк Г.	высокий
6	Экспериментальная	Арина К.	средний
7	Экспериментальная	Сережа И.	высокий
8	Экспериментальная	Даша Ш.	высокий
9	Экспериментальная	Полина А.	средний
10	Экспериментальная	Рома М.	высокий
11	Контрольная	Злата А.	средний
12	Контрольная	Василиса Р.	средний
13	Контрольная	Андрей Ш.	высокий
14	Контрольная	Мария К.	средний
15	Контрольная	Антон Д.	высокий
16	Контрольная	Милана О.	высокий
17	Контрольная	Кира М.	высокий
18	Контрольная	София А.	высокий
19	Контрольная	Ярослав Б.	средний
20	Контрольная	Дима О.	высокий

## Приложение Г

Результаты исследования по методике «Изучение уровня  
самосознания» на этапе констатации

№	Группа	Имя, Ф. ребенка	Уровень
1	Экспериментальная	Ярослав А.	средний
2	Экспериментальная	Марина И.	высокий
3	Экспериментальная	Захар А.	средний
4	Экспериментальная	Артем П.	низкий
5	Экспериментальная	Марк Г.	высокий
6	Экспериментальная	Арина К.	средний
7	Экспериментальная	Сережа И.	высокий
8	Экспериментальная	Даша Ш.	средний
9	Экспериментальная	Полина А.	средний
10	Экспериментальная	Рома М.	средний
11	Контрольная	Злата А.	средний
12	Контрольная	Василиса Р.	средний
13	Контрольная	Андрей Ш.	высокий
14	Контрольная	Мария К.	средний
15	Контрольная	Антон Д.	средний
16	Контрольная	Милана О.	высокий
17	Контрольная	Кира М.	средний
18	Контрольная	София А.	высокий
19	Контрольная	Ярослав Б.	средний
20	Контрольная	Дима О.	средний

## Приложение Д

### Тематический план по изотерапии

№ занятия	Тема
1	Организационное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Обзор техник.
2	Автопортрет
3	Коллаж «Какой я?»
4	Любимая сказка
5	Моя самая грустная история
6	Я расскажу вам свой сон
7	Моя семья
8	Письмо-рисунок маме
9	Рисуем музыку, цвет и ритм
10	Итоговое занятие

## Приложение Е

### Родительское собрание-практикум «Изотерапия»

Ход собрания:

Здравствуйте, дорогие мамы и папы, бабушки и дедушки!

Не секрет, что в настоящее время психологическое здоровье детей ухудшается.

Те педагоги, которые работают достаточно давно, отмечают, что дети стали более нервными, агрессивными, несдержанными. Ускоряется общий темп жизни, падает жизненный уровень, увеличивается рабочая нагрузка - все это влияет на родителей, возрастает количество неврозов у взрослых. Конечно, это отражается на детях. Родители загружены работой, повседневными заботами и проблемами, им часто некогда общаться со своими детьми. И дети начинают испытывать дефицит общения с близкими людьми, понижается уровень их стрессоустойчивости. В связи с этим возникает потребность в использовании различных здоровьесберегающих технологий. На одном из родительских собраний было решено познакомить родителей с такой здоровьесберегающей технологией, как изотерапия.

Для отслеживания психологического состояния в начале и в конце практикума было предложено упражнение «Моё настроение» - нужно было выбрать сердечко такого цвета, который соответствовал психическому состоянию на данный момент времени (усталость, подавленность, любопытство, веселье и т. д.)

После небольшого вступительного слова последовал сюрприз для родителей- были приглашены их дети, так как работа предполагалась в детско-родительских парах.

Одно из самых простых упражнений изотерапии - кляксография. Делаем кляксы и откладываем для просушки:

Следующее задание - "Времена года" или "Звезды"- на выбор (рисование на мокрой бумаге):

А теперь – включаем фантазию и дорисовываем наши подсохшие кляксы:

Для данного практикума использовались техники нетрадиционного рисования, одни из самых простых. Главные отличия изотерапевтического рисования:

– это рисование безоценочное! Следует избегать оценки творчества ребенка, его активности.

– мы не ориентируемся на результат, ориентируемся на процесс!

Такие мероприятия, безусловно, очень сближают детей и родителей. А сколько радости было у детей – для многих из них такое совместное рисование было в новинку!



## Приложение Ж

Уровни сформированности представлений о себе по методике  
«Нарисуй себя» на этапе контроля

№	Группа	Имя, Ф. ребенка	Уровень
1	Экспериментальная	Ярослав А.	средний
2	Экспериментальная	Марина И.	высокий
3	Экспериментальная	Захар А.	средний
4	Экспериментальная	Артем П.	средний
5	Экспериментальная	Марк Г.	высокий
6	Экспериментальная	Арина К.	средний
7	Экспериментальная	Сережа И.	средний
8	Экспериментальная	Даша Ш.	высокий
9	Экспериментальная	Полина А.	высокий
10	Экспериментальная	Рома М.	средний
11	Контрольная	Злата А.	низкий
12	Контрольная	Василиса Р.	средний
13	Контрольная	Андрей Ш.	высокий
14	Контрольная	Мария К.	средний
15	Контрольная	Антон Д.	низкий
16	Контрольная	Милана О.	средний
17	Контрольная	Кира М.	средний
18	Контрольная	София А.	средний
19	Контрольная	Ярослав Б.	средний
20	Контрольная	Дима О.	высокий

## Приложение И

Уровни сформированности самооценки и отношения к себе по методике «Лесенка» на этапе контроля

№	Группа	Имя, Ф. ребенка	Уровень
1	Экспериментальная	Ярослав А.	высокий
2	Экспериментальная	Марина И.	высокий
3	Экспериментальная	Захар А.	средний
4	Экспериментальная	Артем П.	средний
5	Экспериментальная	Марк Г.	высокий
6	Экспериментальная	Арина К.	высокий
7	Экспериментальная	Сережа И.	высокий
8	Экспериментальная	Даша Ш.	высокий
9	Экспериментальная	Полина А.	средний
10	Экспериментальная	Рома М.	высокий
11	Контрольная	Злата А.	средний
12	Контрольная	Василиса Р.	средний
13	Контрольная	Андрей Ш.	высокий
14	Контрольная	Мария К.	средний
15	Контрольная	Антон Д.	высокий
16	Контрольная	Милана О.	высокий
17	Контрольная	Кира М.	высокий
18	Контрольная	София А.	высокий
19	Контрольная	Ярослав Б.	средний
20	Контрольная	Дима О.	высокий

## Приложение К

Результаты исследования по методике «Изучение уровня  
самосознания» на этапе контроля

№	Группа	Имя, Ф. ребенка	Уровень
1	Экспериментальная	Ярослав А.	средний
2	Экспериментальная	Марина И.	высокий
3	Экспериментальная	Захар А.	средний
4	Экспериментальная	Артем П.	высокий
5	Экспериментальная	Марк Г.	высокий
6	Экспериментальная	Арина К.	средний
7	Экспериментальная	Сережа И.	высокий
8	Экспериментальная	Даша Ш.	средний
9	Экспериментальная	Полина А.	высокий
10	Экспериментальная	Рома М.	средний
11	Контрольная	Злата А.	средний
12	Контрольная	Василиса Р.	средний
13	Контрольная	Андрей Ш.	высокий
14	Контрольная	Мария К.	средний
15	Контрольная	Антон Д.	средний
16	Контрольная	Милана О.	высокий
17	Контрольная	Кира М.	средний
18	Контрольная	София А.	высокий
19	Контрольная	Ярослав Б.	средний
20	Контрольная	Дима О.	средний