

## Методика «Лесенка» (автор В.Г. Щур)

Ребёнку показывают нарисованную лесенку с семью ступенями и объясняют задание.



### ИНСТРУКЦИЯ:

"Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трёх верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные - чем выше, тем лучше (показывают: "хорошие", "очень хорошие", "самые хорошие"). А на трёх нижних ступеньках окажутся плохие дети - чем ниже, тем хуже ("плохие", "очень плохие", "самые плохие"). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя? Объясни почему."

После ответа ребёнка, его спрашивают: "Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть."

"Покажи, на какую ступеньку тебя бы поставила мама?"

Используется стандартный набор характеристик: "хороший - плохой", "добрый - злой", "умный - глупый", "сильный - слабый", "смелый - трусливый", "самый старательный - самый небрежный". Количество характеристик можно сократить.

В процессе обследования необходимо учитывать, как ребёнок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор.

Если ребёнок не даёт никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: "Почему ты себя сюда поставил?" "Ты всегда такой?" и т.д.

**КЛЮЧ:** Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет или ссылается на мнение взрослого: "Мама так сказала".

Ребёнок поставил себя на первую ступеньку завышенная самооценка.

Ребёнок поставил себя на вторую ступеньку адекватная самооценка

Ребёнок поставил себя на третью ступеньку адекватная самооценка

Ребёнок поставил себя на четвёртую ступень заниженная самооценка  
Является крайним вариантом нормы. Здесь важно то, как ребёнок объясняет постановку себя на данную ступень.

Ребёнок поставил себя на пятую ступень низкая самооценка

Ребёнок поставил себя на шестую ступень: крайне низкая самооценка.  
Ребёнок находится в ситуации дезадаптации, наблюдаются личностные и эмоциональные проблемы.

## Методика определения эмоциональной самооценки

(автор А.В. Захаров)

может говорить о том, что он

### ИНСТРУКЦИЯ:

Представь, что изображённый на рисунке ряд кружков - это люди. Укажи, где находишься ты.



**КЛЮЧ:** Нормой для ребёнка является указание на 3-й, 4-й круг слева. В этом случае ре Нормой для ребёнка является указание на 3, 4 круг слева. В этом случае ребёнок адекватно воспринимает особенности своего «Я – образа», осознаёт свою ценность и принимает себя.

При указании на первый круг – имеет **завышенную самооценку**.

При указании на круги далее пятого – **заниженную самооценку**.

адекватно воспринимает особенности своего

При указании на 1-й круг имеет **завышенную самооценку**.

При указании на круги далее 5-го - **заниженную самооценку**.

