КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Формирование адекватной самооценки у детей дошкольного возраста»

Материал подготовила студентка Педагогического колледжа №4 Ракитина Наталия Алексеевна

Самооценка это процесс и результат оценивания личностью собственных качеств и достоинств. Самооценка является базисной основой для формирования мотивации (мотивации познания, мотивации успешной социализации, мотивации образования). Если самооценка занижена, то психологи говорят, что ребенок стоит сам у себя на дороге и не может реализовать потенциал, который в нем заложен.

Самооценка чуть завышенная лучше, чем самооценка чуть заниженная. Когда ребенок ставит себе более высокую планку, он к ней стремится, он может до неё не дотянуться, но он в данном случае гораздо больше сделает для своей социализации и своего образования, чем когда самооценка занижена.

Как определить уровень самооценки у детей дошкольного возраста?

Во-первых, с помощью наблюдения это можно сделать, детей, не уверенных в себе можно определить по их поведению. Есть и специальные методики и тесты.

Исследование самооценки с помощью методики «Лесенка»

Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, где средняя ступенька имеет вид площадки, и объясняют задание. Инструкция: «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех 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 ребенка, 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 поставила бы 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 ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор. Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

Наиболее характерные особенности выполнения задания, свойственные детям с завышенной, адекватной и заниженной самооценкой.

Формирование адекватной самооценки у детей дошкольного возраста

Самооценка – это, прежде всего, оценка личности самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Самооценка имеет свою сложную структуру. В ней выделяют два основных **компонента**:

1. *Когнитивный.* (Отражает всю информацию о себе, которая узнается из различных источников).
2. *Эмоциональный.* (Отражает собственное отношение ко всем сторонам своей личности).

Американский психолог Уильям Джеймс даже предложил формулу самооценка: Самооценка = Успех/Уровень притязаний. Уровень притязаний подразумевает определенный уровень, который индивид хочет достичь.

Существуют **виды** самооценки:

- *Адекватная. Признаки адекватной самооценки: Адекватное восприятия образа «Я».*
- *Завышенная. Признаки завышенной самооценки: «Я самый правильный», «Я лучше всех».*

♥ *Заниженная. Признаки заниженной самооценки:*
Не уверен в себе, застенчив, нерешителен.

Дошкольный возраст – большой отрезок в жизни ребенка, он охватывает период от 3 до 7 лет. Ведущий вид деятельности в этом возрасте – игра. Она оказывает значительное влияние на развитие ребенка, через нее дети учатся общаться друг с другом, познают мир.

Начальный этап формирования личности ребенка – от 3 до 7 лет. У детей дошкольного возраста в разных видах деятельности самооценка разная.

Самооценка дошкольника формируется, во-первых, под воздействием похвалы взрослого, оценки достижений ребенка, а во-вторых, под воздействием чувства самостоятельности, успеха («Я сам!»).

Если взрослый равнодушно относится к успехам и достижениям ребенка, то в этот момент у ребенка формируется низкая самооценка, поэтому уровень самооценки в прямом смысле слова зависит от взрослого. Он должен, прежде всего, способствовать формированию адекватной самооценки у ребенка.

В связи с этим, можно выделить ***общие рекомендации*** по формированию и развитию адекватной самооценки у детей дошкольного возраста:

- Анализировать личность ребенка и учить этому его. То есть, нужно ребенка оценивать положительно, даже его не значительные помехи, кроме этого, учить его оценивать себя, сравнивать с образцом, выявлять причины неудач и искать пути их преодоления. И, естественно, при этом прививать ему уверенность, что у него получится.
- Необходимо создавать условия для всестороннего общения ребенка с другими детьми, взрослыми. Помогать решать трудности в общении.

- Больше разнообразной деятельности, чтобы ребенок был включен в самостоятельную деятельность и получал определенный опыт. Тем самым у него будет возможность проверить свои возможности и способности, расширятся представления о себе.
- Важно, чтобы ребенок рос в атмосфере бережного отношения к его способностям. Чтобы родитель был заинтересован в их формировании и развитии.

Уровень самооценки очень важен при переходе из дошкольного возраста в младший школьный.

В психическом развитии дошкольника переломной точкой является формирование внутренней позиции и осознание своего собственного «Я». Это выражается в стремлении к социальной роли школьника и к обучению в школе. Когда в сознании ребенка появляется это стремление, то его можно как раз-таки и назвать внутренней позицией. Это свидетельствует о том, что ребенок в своем социальном развитии перешел в новый возрастной период – младший школьный возраст.

Можно определить наличие внутренней позиции. Это выражается в том, что ребенок начинает терять интерес к дошкольным видам деятельности, и начинает озвучивать такие фразы как, например, «Я хочу в школу!». Также показателем сформированности внутренней позиции у ребенка выражается в играх в школу.

Как показывает, практика дети в пять лет преувеличивают свои возможности, достижения. К шести годам сохраняется завышенная самооценка, но дети уже хвалят себя не так открыто. А к семи годам самооценка уже становится более адекватной.

В «копилках» психологов есть **диагностические методики**, которые направлены на изучение уровня самооценки в дошкольном возрасте. Это, например, вопросник для проведения беседы с детьми дошкольного возраста, предложенный Т.В.

Драгуновой, известная методика В.Г. Щур «Лесенка», проба де Греефе, методика «Нарисуй себя» и так далее.

Также важно со стороны педагога-психолога давать рекомендации воспитателям, родителям по формированию и развитию адекватной самооценки у детей дошкольного возраста.

Корме этого, воспитатели, педагог-психолог в детских садах при необходимости должны проводить ряд мероприятий, направленные на повышение самооценки у ребенка. Это, например, игры, упражнения, этюды, которые обязательно направлены на формирование положительного образа «Я», отношений к другим людям.

Путем наблюдения родители, воспитатели могут составить представление о самооценке ребенка.

Таким образом, можно сделать вывод, что адекватная самооценка это важнейший элемент в психическом развитии ребенка-дошкольника. Ее уровень оказывает огромное влияние на эмоциональную сферу, поведение, успешность в различных видах деятельности.