

Формирование положительной самооценки у дошкольников

Самооценка - это оценка личностью **самой себя**, своих возможностей, способностей, качеств и места среди других людей. В развитии личности ребенка **самооценка играет большую роль**. В дальнейшей жизни от этого будет зависеть успешность человека.

Адекватный образ «я» формируется у ребенка при гармоничном сочетании знаний, почерпнутых им из собственного опыта (*что я могу сделать, как я поступил*) и из общения со взрослыми, в первую очередь родителями, и сверстниками. Большое значение в **формировании самооценки** ребенка имеет заинтересованное отношение взрослого, одобрение, похвала, поддержка и поощрения - они стимулируют деятельность ребенка, **формируют** нравственные привычки поведения. В связи с **самооценкой** возникают такие личностные качества, как **самоуважение**, совесть, гордость, тщеславие, честолюбие; себя можно уважать, презирать, ненавидеть, гордиться собой.

Самооценка появляется во второй половине **дошкольного** возраста на основе первоначальной чисто эмоциональной **самооценки**

(*«Я хороший»*) и рациональной оценки чужого поведения. Ребенок приобретает сначала умение оценивать действия других детей, а затем – собственные действия, моральные качества и умения. Пятилетний ребенок, оценивая свои практические умения, преувеличивает свои достижения. К шести годам сохраняется завышенная **самооценка**, но в это время дети хвалят себя уже не в такой открытой **форме**, как раньше. К семи годам у большинства **самооценка** умений становится более **адекватной**. В целом **самооценка дошкольника очень высока**, что помогает ему осваивать новые виды деятельности.

Самооценка динамична : она возникает, удерживается или исчезает. **Самооценки могут быть адекватными** (*соответствуют*

имеющимися у человека качествам, возможностям) и неадекватными (завышенными или заниженными). **Неадекватность самооценки** - один из самых неблагоприятных факторов психологического и нравственного развития личности.

Развитие **самооценки** детей в зависимости от особенностей воспитания (по М. И. Лисиной).

Адекватная самооценка формируется, если:

- родители уделяют ребёнку достаточно много времени;
- оценивают положительно, но не выше, чем большинство сверстников;
- часто поощряют / не подарки/;
- наказывают в виде отказа от общения;
- **адекватно** оценивают физические и умственные данные;
- прогнозируют хорошие успехи в школе

Дети с адекватной самооценкой :

- анализируют результаты деятельности;
- пытаются выяснить причины неудач;
- уверены в себе, активны
- быстро переключаются с одного вида деятельности на другой;
- настойчивы в достижении цели;
- стремятся к сотрудничеству;
- общительны и дружелюбны.

Завышенная самооценка формируется, если:

- родители уделяют ребёнку очень много времени;
- оценивают высоко, выше, чем большинство сверстников;
- очень часто поощряют, / в том числе подарки/;
- редко наказывают;
- очень высоко оценивают физические и умственные данные;
- ожидают отличные успехи в школе.

Дети с **неадекватно завышенной самооценкой** :

- очень подвижны, не сдержаны;
- быстро переключаются с одного вида деятельности на другой;
- часто не доводят начатое дело до конца;
- не анализируют свои поступки;
- не осознают своих неудач;
- склонны к демонстративному поведению, доминированию.

Заниженная **самооценка формируется, если**:

- родители уделяют ребёнку очень мало времени;
- оценивают ниже, чем большинство сверстников;
- не поощряют;
- часто наказывают, упрекают;
- низко оценивают физические и умственные данные;
- не ожидают успехов в школе и в жизни

Дети с заниженной **самооценкой**:

- нерешительны, малообщительны, недоверчивы, молчаливы, скованны;
- готовы расплакаться в любой момент;
- тревожны, не уверены в себе;
- трудно включаются в деятельность;
- заранее отказываются от решения задач, которые кажутся им сложными;
- имеют низкий социальный статус в группе сверстников

Заниженная **самооценка становится фактором**, тормозящим развитие личности ребенка. Проявления негативной **самооценки могут быть самые разные**: от снижения работоспособности до проявления агрессии.

Негативная **самооценка может привести к**:

- Развитию нерешительности, застенчивости.

Ребенок может избегать ситуаций, в которых нужно проявлять речевую активность, отказываться от ведущих ролей в играх.

- Эмоциональной неустойчивости (*обидчивости*).

Малыш обижается при проигрыше в игре, болезненно реагирует на замечания, на повышенный тон голоса, недовольное выражение лица взрослого, часто плачет.

- Страхам.

Малыш боится новых людей, новых ситуаций, боится оставаться один, боится выступать на публике один, и т. п.

- Тревожности. Общение у тревожных, неуверенных в себе детей становится избирательным, эмоционально-неровным. Затрудняются контакты с незнакомыми людьми.

- Конфликтности. Ребенок может сам провоцировать конфликт, отвечать конфликтно на конфликтные действия других.

- Агрессивности.

Ребенок может ломать игрушки, толкать сверстника, кусаться, плевать, щипать других, говорить обидные слова, когда не слышит взрослый и т. п.

Рекомендации по **формированию адекватной самооценки у детей.**

- Не изолируйте ребенка от домашних дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему не по силам. Хорошо если ребенок выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного.

- Не перехвалите ребенка, но и не забывайте поощрять его, когда он этого заслуживает. Помните – похвала, также как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.

- Поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его.

- Не забывайте поощрять и других детей в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может также достичь этого.

- Показывайте своим примером **адекватность** отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела.

- Не сравнивайте ребенка с другими детьми, с собой.

Не допускается негативная оценка действий ребенка, нельзя говорить: «Ты не умеешь строить, рисовать и т. д.» В этих случаях ребенок не может сохранить побуждение к данному виду деятельности, утрачивает уверенность в себе, своих силах, способностях. Из-за этого **формируется низкая самооценка**, вызванная отношением взрослых, а также начинается невротическое развитие ребенка.

Очень важна интонация, эмоциональная окраска высказывания, обращенного к ребенку. Дети реагируют не только на содержание, но и на эмоциональную окраску, в которой заключено отношение к ребенку.

Недопустимо сравнивать ребенка, его дела и поступки с кем-то другим, его нельзя никому противопоставлять. Такие сравнения являются, с одной стороны, психотравмирующими, а с другой – **формируют негативизм**, эгоизм, упрямство, зависть.

Родители должны создавать такую систему взаимоотношений с ребенком, в которой он будет воспринимать себя только благоприятно. Лишь в этом случае он может нормально воспринимать чужие успехи, без снижения **самооценки**.

В отношении к ребенку недопустим резкий переход от только положительных оценок к резко отрицательным, от наказующего тона к ласковому задабриванию. Это дестабилизирует личность.

При работе с детьми необходимо всегда помнить следующие правила:

1. Положительно оценивайте ребенка как личность, демонстрируйте доброжелательное отношение к нему. Для этого как можно чаще называйте ребенка по имени и хвалите его в присутствии других детей и взрослых («Я знаю, ты очень старался», «Ты умный мальчик»).

2. Не бойтесь указывать в тактичной **форме ребенку на ошибки**.

(«Работа хорошая, но зайчик у тебя, Ванюша, сегодня не получился»).

Но результаты работы ребенка, занижающего свои возможности, сравнивайте не с работами других детей, а с его же результатами, которых он достиг вчера, неделю или месяц назад (*«Посмотри, сегодня ты завязал шнурки лучше, чем вчера»*). Как можно чаще поощряйте детей с заниженной **самооценкой**.

3. Обсуждайте вместе с ребенком способы исправления ошибок и допустимых в данной ситуации **форм поведения**

(«Как ты думаешь, что можно сделать, чтобы Юля простила тебя?»), «Посмотри, ты нечаянно толкнул Машу, она заплакала. Подумай, как надо поступить в этой ситуации?»).

4. Обязательно выражайте уверенность в том, что у ребенка все получится (*«Завтра зайчик выйдет красивым», «Ребята, завтра Саша со всеми играть дружно»*).

Уважение к ребенку, бережное отношение к его личности лежит в основе стратегии позитивного оценивания. Использование этой схемы педагогами и родителями при оценке деятельности и поведения детей старшего дошкольного возраста обеспечивает **формирование адекватной самооценки**, умения анализировать и контролировать свои действия и поступки.

Улыбка, похвала, одобрение - все это примеры положительного подкрепления, они ведут к повышению **самооценки**, создают позитивный образ.

Воспитатель высшей квалификационной категории МДОУ /«Детский сад № 57» Смирнова Л.В.