

Анисимова Елизавета Сергеевна  
студентка 2 курса 21 группы ОФО  
педагогического факультета

### **Формирование самооценки у ребенка в дошкольном возрасте.**

**Ключевые слова:** самооценка, завышенная самооценка, заниженная самооценка, адекватная самооценка.

Актуальность выбранной темы обусловлена тем, что отношение человека к самому себе является одним из базовых свойств личности.

В самооценке отражается то, что человек узнает о себе от других, а также его собственная активность, направленная на осознание своих действий и личностных качеств. Отношение человека к самому себе является наиболее поздним образованием в системе его мировосприятия.

Самооценка не дана нам изначально. Её формирование происходит в процессе какой-либо деятельности и межличностного взаимодействия. Став устойчивой, самооценка меняется с большим трудом.

В дошкольном возрасте происходит формирование новых психологических механизмов регуляции деятельности и поведения.

Уже с обнаружения беременности у ребенка начинает формироваться первоначальная самооценка. Воспринимает он ее однозначно - как белое или черное, без переходных тонов. Если родителями демонстрируется безусловное принятие, то и ребенок относится к себе хорошо, чувствуя, что он любим и желанен. Если же беременность не желательна или ребенок родился не того пола или не здоровым - он чувствует это отрицательное отношение к себе и принимает его как должное, начиная относиться к себе как к обузе.

Позже, примерно с двух лет, самооценка начинает дифференцироваться. Здесь силу набирает стиль воспитания, принятый в семье. Если воспитание грешит однообразием, не способствуя различению типов поведения т.е. ребенок получает только похвалы или только наказания, что бы ни сделал - эта неадекватность переходит в неадекватную самооценку.

В возрасте 3-7 лет общение со сверстниками начинает играть все более существенную роль. В 3-4 года самооценки детей более субъективны, чаще подвержены влиянию эмоционального отношения друг к другу. Малыши почти не могут обобщать действия товарищей в разных ситуациях, не дифференцируют близкие по содержанию качества (Т.А.Репина). [6].

Наиболее восприимчивы к оценкам сверстников дети 4,5-5,5 лет. Очень высокого уровня достигает умение сравнивать себя с товарищами у детей 5-7 лет. У старших дошкольников богатый опыт индивидуальной деятельности помогает критически оценивать воздействия ровесников. [5].

Для дошкольников, стоящих на пороге кризиса 6-7 лет, характерна несколько завышенная самооценка. В условиях привычной деятельности (в игре, рисовании) они уже могут реально оценивать свои возможности, их самооценка становится более адекватной, а в незнакомой ситуации – завышена, т. к. дети еще не могут правильно оценить себя. К концу старшего дошкольного возраста у большинства дошкольников формируется адекватная самооценка.

Но встречаются и дети с неадекватно завышенной самооценкой. Они, как правило, очень подвижны, не сдержаны, быстро переключаются с одного вида деятельности на другой, часто не доводят начатое дело до конца. Они не склонны анализировать результаты своих действий и поступков. Чаще всего они не осознают своих неудач. Эти дети склонны к демонстративному поведению и доминированию.

Дети с адекватной самооценкой в большинстве случаев склонны анализировать результаты своей деятельности, пытаются выяснить причины своих ошибок. Они уверены в себе, активны, находчивы, бодры, уравновешены, имеют чувство юмора, быстро переключаются с одного вида деятельности на другой, настойчивы в достижении цели. Стремятся сотрудничать, помогать другим, они достаточно общительны и дружелюбны. Они охотно участвуют в играх, не обижаются, если оказываются проигравшими.

Дети с заниженной самооценкой в поведении чаще всего нерешительны, малообщительны, недоверчивы к другим людям, молчаливы, скованны в своих движениях, пассивны, мнительны, обидчивы а следовательно им свойственна повышенная ранимость. Они очень чувствительны, готовы расплакаться в любой момент, не стремятся к сотрудничеству и не способны постоять за себя. Дети с такой самооценкой тревожны, не уверены в себе, трудно включаются в деятельность и заранее отказываются от решения задач, которые кажутся им сложными, но при эмоциональной поддержке взрослого легко справляются с ними. Такие дети, как правило, имеют низкий социальный статус в группе сверстников.

Самооценку у дошкольника можно определить следующими способами:

### **Способ № 1.**

Спросите у ребёнка:

- Ты хороший?

- Ты добрый?
- Ты красивый?
- Ты умный?
- Ты послушный?
- Ты аккуратный?

Для уточнения можно задать вопрос: «Почему ты так думаешь? ».

За каждый ответ «Да» - 1 балл.

6 баллов – самооценка завышена

5 баллов – высокая самооценка

4 балла – средняя самооценка

2-3 балла – низкая самооценка

1-0 балла – очень низкая самооценка.

### **Способ № 2.**

По расположению рисунка ребёнка на листе и его размеру.

Вверху – высокая самооценка

В центре – средняя самооценка

Внизу – низкая самооценка.

Маленькая фигурка наверху – стремление повисить низкую самооценку;

Большая фигура внизу – стремление снизить самооценку (или это результат воздействия окружающих на личность ребёнка) .

Изображение во весь лист может говорить об эгоцентризме ребёнка.

### **Способ № 3.**

Наблюдение за ребёнком.

Неуверенность в поведении, боязливость, высказывания «у меня не получится», «я не смогу», «я так не умею», «я плохой» свидетельствуют о низкой самооценке.

### **Способ № 4.**

«Нарисуй себя»

По тому, как ребёнок себя изобразил, вы сразу поймёте, как он к себе относится.[4]

Уровень самооценки может изменяться, особенно в дошкольном возрасте. Каждое наше обращение к ребенку, каждая оценка его деятельности, реакция на успехи и неудачи - все это оказывает влияние на отношение малыша к себе. То есть, мы можем помочь ребенку сформировать адекватную самооценку.

Формирование адекватной самооценки, умения видеть свои ошибки и правильно оценивать свои действия - основа формирования самоконтроля и самооценки. Это имеет огромное значение для дальнейшего развития личности, сознательного усвоения норм поведения.

Основным и важным фактором, влияющим на развитие адекватной самооценки у детей старшего дошкольного возраста выступает общение со взрослыми. Детско-родительские отношения влияют на становление самооценки. На этот факт указывали многие исследователи психологии семьи (Адлер А., 1998; Варга А.Я., 1986; Захаров А.И., 1998; Навайтис Г.А., 1998; Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В., 1999 и др.). [2] С помощью взрослого происходит становление, развитие и стимуляция оценочной деятельности у ребенка. Все это происходит, когда взрослый: выражает свое отношение к окружающему; организует деятельность ребенка, обеспечивая накопление опыта индивидуальной деятельности, ставя задачу, показывая способы ее решения и оценивая исполнение; представляет образцы деятельности и тем самым дает ребенку критерии правильности ее выполнения; организует совместную со сверстниками деятельность, которая помогает ребенку видеть в ровеснике личность, учитывать его желания, считаться с его интересами, а также переносить в ситуации общения со сверстниками образцы деятельности и поведения взрослых.

Родителям и педагогам необходимо знать и помнить, что все оценочные воздействия взрослого влияют на становление самостоятельности и самооценки ребенка. Для достижения более адекватной самооценки родителям и педагогам необходимо знать, что доброжелательное и нежное отношение к ребенку, создание фона заботливости и внимания, обращения к нему по имени, похвала его действий, предоставление возможности проявить инициативу и поддержание ее способствуют формированию активности и адекватной самооценки.

Следует подчеркнуть, что в любом возрасте поощрение более эффективно, чем порицание. Запрещение или порицание должно заканчиваться положительным образцом действий. Детям старшего дошкольного возраста нужно обязательно давать возможность реализовать свое намерение. Уважение к его делу активизирует ориентацию ребенка на самостоятельные действия.

Поддержка проявлений самостоятельности - это важное условие формирования адекватной самооценки детей старшего дошкольного возраста.

Появление инициативы у ребенка и элементарного планирования, стремление к получению задуманного результата являются критерием проявления самостоятельности у старших дошкольников, а вместе с этим развития адекватной самооценки.

Отметим, что старший дошкольник ждет от взрослого конкретной, адекватной оценки, поддержки своих замыслов. Оценка говорит ребенку не только о правильности его действий, но и о том, что его помнят, его заметили, к нему относятся внимательно. Действенность оценки определяется тем, насколько она корректно и уважительно сформулирована к деятельности дошкольника.

Немаловажно отметить, что для достижения адекватной самооценки у детей старшего дошкольного возраста необходимо в равной степени отмечать успехи и неудачи и соответственно их оценивать. Дети легко отличают похвалу от порицания.

В старшем дошкольном возрасте также важно сначала подчеркнуть успехи, а потом тактично и конструктивно указать на недостатки. При выполнении этих условий положительные оценки усиливают одобряемые формы поведения и расширяют инициативу детей, а отрицательные перестраивают деятельность и поведение и ориентируют на достижение требуемого результата.

Оценка деятельности и поведения ребенка только тогда играет позитивную роль в воспитании, когда оценка результатов деятельности отделена от оценки личности ребенка.

Необходимо проводить коррекционно-развивающую работу по формированию адекватной самооценки дошкольника. Игровая деятельность так же помогает сформировать и поддержать у него адекватную самооценку. Вот некоторые из игр которые помогут в достижении этих целей:

1. "Имя". Можно предложить ребенку придумать себе имя, которое он хотел бы иметь, или оставить свое. Спросите, почему ему не нравится или нравится его имя, почему бы он хотел, чтобы его называли по-другому. Эта игра может дать дополнительную информацию о самооценку малыша. Ведь часто отказ от своего имени означает, что ребенок недоволен собой или хочет быть лучше, кем он есть сейчас.

2. "Проигрывание ситуаций". Ребенку предлагаются ситуации, в которых он должен изображать самого себя. Ситуации могут быть разными, придуманными или взятыми из жизни ребенка. Прочие роли при разыгрывании

выполняет один из родителей или другие дети. Иногда полезно меняться ролями. Примеры ситуаций:

Ребята из твоей группы в д/с играют в интересную игру, а ты опоздал, игра уже началась. Попроси, чтобы тебя приняли в игру. Что будешь делать, если дети не захотят принять тебя? (Эта игра поможет ребенку освоить эффективные способы поведения и использовать их в реальной жизни.)

3. "Жмурки". Эта игра очень полезна: она поможет ребенку почувствовать себя в роли лидера, что может, в случае успеха, значительно воздействовать на самооценку. Можно играть в классические "Жмурки" (с завязанными глазами "жмурка" ищет детей по голосу и отгадывает на ощупь, кто это); можно дать в руки детям колокольчик и т.д.

4. Игра «Возьми и передай». Цель. Достижение взаимопонимания и сплоченности, умение передавать положительное эмоциональное состояние. Дети встают в круг, берутся за руки, смотрят друг другу в глаза и мимикой передают радостное настроение, добрую улыбку.

Именно самооценка, по утверждению многих исследователей (И.С.Кон, 1978, 1984; Р.Бернс, 1986; А.И.Липкина, 1976; А.Маслоу, 1954 и др.), существенным образом влияет на эффективность деятельности человека и степень выраженности стремления к личностному росту.[1,3] Адекватная самооценка позволяет человеку соотносить свои силы с задачами разной трудности и требованиями окружающих, а неадекватная (заниженная или завышенная) деформирует внутренний мир, мешает гармоничному развитию.

Таким образом, можно сделать вывод, что адекватная самооценка это важнейший элемент в психическом развитии дошкольника. Ее уровень оказывает огромное влияние на эмоциональную сферу, поведение, успешность в различных видах деятельности. Чем более адекватной является самооценка, тем лучше дошкольник оценивает себя и рассчитывает на свои возможности.

### Список литературы

1. Бернс, Р. Развитие «Я - концепции» и воспитание / Бернс Р. - М.: Просвещение, 1986. - 212 с.
2. Варга А.Я. Структура и типы родительского отношения.: Дис.. канд. псих. наук. – М., 1986. – 206 с
3. Кон, И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание / Кон И.С. - М.: Просвещение, 1994. - 218 с.
4. Музенитова В. Формирование самооценки детей старшего дошкольного возраста// Международный образовательный портал [Электронный ресурс]. URL: <http://www.maam.ru/detskijasad/konsultacija->

[formirovanie-samocenki-detei-starshego-doshkolnogo-vozrasta.html](http://formirovanie-samocenki-detei-starshego-doshkolnogo-vozrasta.html) (дата обращения: 9.11.16)

5. Проблемы дошкольной игры: психолого-педагогический аспект / Под ред. Н. Н. Поддъякова и Н. Я. Михайленко. — М., 1987

6. Репина Т.А. Психология дошкольника. Хрестоматия. — М.: Академия, 1995.