

Консультация для родителей

«Формирование адекватной самооценки в дошкольном возрасте»

Самооценка – это субъективная оценка индивидом собственной ценности. Самооценка выступает как процесс и в результате оценивания собственных качеств, достоинств и недостатков.

Самооценка является фундаментальной основой для формирования мотивации (познания, успешной социализации и обучения). Считается, что при заниженной самооценке дети замыкаются в себе и не реализуют свой внутренний потенциал.

Несколько завышенная самооценка всегда лучше, чем заниженная. Когда дети ставят перед собой высокие барьеры, они стремятся к этим барьерам и стараются их достичь. В этом случае ребенок может сделать гораздо больше для социализации и собственного образования, чем в ситуации с низкой самооценкой.

Как показывает практика, пятилетние дети преувеличивают свои способности и достижения, в шестилетнем возрасте завышенная самооценка сохраняется, но дети уже не так открыто хвалят себя. К семи годам самооценка становится более адекватной.

Существуют специальные методики и тесты для анализа уровня самооценки у детей дошкольного возраста. Например, существуют опросники для бесед с дошкольниками, методики «Нарисуй себя», «Лесенка» и другие.

Наиболее простой для исследования самооценки дошкольников является методика «Лесенка», суть которой сводится к следующему. Взрослый рисует лестницу с семью ступеньками, каждая из которых имеет форму площадки.

Ребенку задается вопрос: «Если бы все дети сидели на этой лестнице, то три верхние ступеньки заняли бы дети умные, добрые, сильные, послушные и т.д., чем выше, тем лучше (обозначая «хорошо», «очень хорошо» и «лучше всех»). Нижние три ступеньки занимают плохие дети. На средних ступеньках дети ни плохие, ни хорошие. Укажи, на какой ступеньке будешь находиться ты. Объясни, почему, кем ты являешься на самом деле и кем хотел бы быть. Покажите, к какой ступени отнесла бы тебя мама».

Используются две стандартизированные категории личности: «хороший - плохой», «добрый - злой», «умный - глупый», «сильный - слабый», «смелый - трусливый», «самый старательный - самый небрежный». Количество характеристик может быть сокращено.

В процессе тестирования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание и делает свой выбор.

Наиболее характерными особенностями выполнения заданий, свойственными детям с разной самооценкой, являются:

1. Слишком завышенная самооценка.

Ребенок ставит себя на самый высокий пьедестал, не задумываясь.

Ссылается на мнение взрослых о своем выборе: «Я хороший мальчик, по другому не может быть, так мама сказала».

2. Завышенная самооценка.

Ребенок описывает свое поведение, перечисляет некоторые свои ошибки и неудачи, но объясняет их внешними причинами, не имеющими к нему никакого отношения.

3. Адекватная самооценка.

Ребенок учитывает трудности, относит себя ко второму или третьему уровню, объясняет свое поведение ссылками на реальные ситуации и достижения, считает, что взрослые оценивают его так же или чуть ниже.

4. Низкая самооценка.

Ребенок относит себя к низкому уровню, не объясняет свой выбор, аргументирует мнение взрослого «потому что мама так сказала».

Если ребенок ставит себя на средний уровень, это может свидетельствовать о том, что он не понимает задания или не хочет его выполнять.

Дети с низкой самооценкой из-за тревожности и неуверенности в себе часто не пытаются выполнить задания и отвечают на все вопросы «я не знаю».

Дети с задержкой развития не понимают и не принимают заданий.

Недостаточно развитая уверенность в себе характерна для детей младшего и среднего дошкольного возраста. Они не осознают своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои действия и поведение.

Низкая самооценка у дошкольников считается отклонением в развитии личности.

Таким образом, можно сделать вывод, что адекватная самооценка является важнейшим фактором психического развития детей дошкольного возраста. Ее уровень оказывает существенное влияние на эмоциональную сферу, поведение и успешность в различных видах деятельности.

Следует отметить, что самооценка дошкольников различается в зависимости от вида деятельности. Самооценка ребенка дошкольного возраста формируется под влиянием похвалы и оценки взрослыми его достижений, самостоятельности и собственного опыта успеха.

Уровень самооценки в значительной степени зависит от взрослых. Если взрослые равнодушны к успехам и достижениям ребенка, то у него будет формироваться низкая самооценка. Взрослые -родители и педагоги, должны, прежде всего, способствовать формированию у детей адекватной самооценки.

Хорошо известно, что дети не рождаются с определенным отношением к себе. Как и все другие характеристики личности, самооценка формируется в процессе воспитания, и важную роль в этом процессе играют семья и детский сад. Для правильного развития самооценки у детей дошкольного возраста необходимо сотрудничество детского сада и семьи.

В связи с этим можно дать следующие рекомендации родителям по правильному формированию и развитию самооценки у детей дошкольного

возраста

1. Анализируйте личность ребенка и учите его этому. Целесообразно учить детей оценивать свое поведение, оценивать себя, сравнивать себя с образцами, выявлять причины своих неудач и искать пути их преодоления. И, конечно, вселять уверенность в том, что у них все получится.

2. Необходимо создать условия для того, чтобы дети могли общаться с другими детьми и взрослыми, помогать им решать трудности в общении.

3. Обеспечить более разнообразную деятельность детей. Детям необходимо участвовать в разнообразной деятельности и получать как можно больше нового опыта. Тем самым дети могут проверить свои способности и навыки и повысить уровень самостоятельности.

4. Важно, чтобы дети росли в среде, где ценятся их таланты. Родители должны проявлять интерес к их становлению и развитию. Для позитивного самопознания и уверенности в себе необходимо обеспечить дошкольникам теплое отношение взрослых. В детях необходимо развивать уверенность в себе и закреплять уверенность, что их любят родители, родственники и воспитатели такими, какие они есть. Ощущение и знание того, что их любят, несмотря ни на что, способствует формированию у ребенка-дошкольника уверенности в себе, богатой и гармонично развивающейся личности и адекватной самооценки.

5. Нельзя оценивать поведение ребенка негативно. В этом случае ребенок не сможет контролировать свои порывы к подобной деятельности и потеряет уверенность в себе, своих силах и возможностях.

6. Очень важны интонация и эмоциональная окраска высказываний, обращенных к ребенку. Дети реагируют не только на содержание, но и на эмоциональную окраску, в том числе и на сравнение их с другими детьми. Подобные сравнения могут привести, с одной стороны, к психологической травме, а с другой - к негативизму, эгоизму и ревности.

7. Родители должны создать такую систему отношений, при которой ребенок воспринимает себя только положительно. Только в этом случае ребенок сможет воспринимать успехи других как нормальные, не снижая собственной самооценки.

8. Не должно происходить резкого изменения их отношения к ребенку - от исключительно положительных оценок к внезапно отрицательным, от наказывающего тона к любящему и ободряющему.

Соблюдение родителями (законными представителями) указанных рекомендаций при воспитании будет способствовать наиболее позитивному развитию личности детей и формированию у них правильной самооценки.