

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №115 г.  
Мурманска

Консультация для воспитателей:

Тема: «Формирование неадекватной самооценки дошкольников».

Подготовила педагог-психолог МАДОУ № 115

Матвиенко Наталья Анатольевна

Февраль 2020г.

Неадекватное оценивание ребенком себя в процессе общения, даже при наличии определенных навыков, может стать началом серьезных трудностей при завязывании социальных контактов.

Самооценка формируется уже в раннем возрасте. Вначале дети учатся оценивать поступки других детей, чуть позднее — свои собственные. Ребенок сравнивает себя с другими, проверяет границы своих возможностей и способностей. Постепенно у него складывается представление о себе, чертах своего характера, на основе чего он строит свою деятельность и отношения с окружающими.

**Самооценка** – суждение человека о наличии, отсутствии или слабости тех или иных качеств, свойств, в сравнении их с определенным образцом, эталоном.

Самооценка ребенка может быть очень высокой либо очень низкой, или может находиться на среднем уровне.

#### **Виды самооценки:**

*Адекватная личностная самооценка* – правильная, не завышенная и не заниженная самооценка своих возможностей, своих ограничений и своего места среди людей (шире - своего места в жизни).

Дети с *адекватной самооценкой* уверены в себе, активны, уравновешены, быстро переключаются с одной деятельности на другую, настойчивы в достижении цели. Стремятся сотрудничать, помогать другим, общительны и дружелюбны. Спокойно воспринимают ситуацию проигрыша (во всяком случае, это не вызывает у них бурных эмоциональных реакций) и в ситуации неудачи пытаются выяснить причину и выбирают задачи несколько меньшей сложности (но не самые легкие). Этим детям свойственно стремление к успеху.

*Дети с завышенной самооценкой* очень подвижны, несдержанны, быстро переключаются с одного вида деятельности на другой, часто не доводят начатое дело до конца. Такой ребенок считает себя лучше всех, стремится везде быть первым и болезненно переживает, если ему это не удастся. В поведении это может выражаться в эгоцентризме, высокомерном отношении к другим людям. Конфликты и агрессивные проявления могут быть следствием завышенных притязаний. Эти дети склонны к демонстративности и доминированию, стараются выделиться на фоне других ребят, обратить на себя внимание. Если они не могут обеспечить себе полное внимание взрослого успехами в деятельности, то делают это, нарушая правила поведения. На занятиях, например, они

могут выкрикивать с места, комментировать вслух действия воспитателя, кривляться и т.д.

Они стремятся к лидерству, но в группе сверстников могут быть не приняты, так как направлены, главным образом, "на себя" и не склонны к сотрудничеству. К похвале воспитателя дети с неадекватно завышенной самооценкой относятся как к чему-то само собой разумеющемуся. Ее отсутствие может вызвать у них недоумение, тревогу, обиду, иногда раздражение и слезы. На порицание они реагируют по-разному. Одни дети игнорируют критические замечания в свой адрес, другие отвечают на них повышенной эмоциональностью (криком, слезами, обидой на воспитателя). Некоторых детей одинаково привлекают и похвала и порицание, главное для них – быть в центре внимания взрослого.

*Дети с заниженной самооценкой* нерешительны, малообщительны, недоверчивы, молчаливы, скованны в движениях. Они очень чувствительны, готовы расплакаться в любой момент, не стремятся к сотрудничеству и не способны постоять за себя. Эти дети тревожны, неуверенны в себе, трудно включаются в деятельность. Они заранее отказываются от решения задач, которые кажутся им сложными, но при эмоциональной поддержке взрослого легко справляются с ними. Ребенок с заниженной самооценкой кажется медлительным. Он долго не приступает к выполнению задания, опасаясь, что не понял, что надо делать и выполнит все неправильно; старается угадать, доволен ли им взрослый. Детям с заниженной самооценкой свойственно стремление избегать неудач, поэтому они малоинициативные, выбирают заведомо простые задачи. Неудача в деятельности чаще всего приводит к отказу от нее. Эти дети, как правило, имеют низкий социальный статус в группе сверстников, попадают в категорию отверженных, с ними никто не хочет дружить.

#### **Формирование самооценки проходит следующие этапы:**

- недифференцированное отношение ребенка к оценке его поступков со стороны взрослых;
- появление дифференцированного отношения к оценкам взрослых своих поступков;
- появление способности самостоятельно оценивать свои поступки (по полярному принципу: хорошо - плохо);

- появление способности к самооценке не только поступков, но и различного рода эмоциональных состояний;
- появление способности к самосознанию, т.е. способности осмысливать и оценивать собственную внутреннюю жизнь.

Для детей дошкольного возраста обычно характерна недифференцированная завышенная самооценка. Примерно к 7-летнему возрасту ребенок начинает оценивать себя более дифференцированно: он отграничивает отношение к себе от оценки своих поступков, от своих возможностей выполнить ту или иную деятельность, добиться определенных результатов.

#### **Факторы, влияющие на формирование самооценки:**

- ✓ особенности воспитания и социального опыта,
- ✓ личностные особенности, объективные факторы (наличие или отсутствие тех или иных качеств).

В одних случаях неадекватно *завышенная самооценка* в старшем дошкольном возрасте обусловлена *некритичным отношением* к детям со стороны взрослых, бедностью индивидуального опыта и опыта общения со сверстниками, недостаточным развитием способности осознания себя и результатов своей деятельности, низким уровнем аффективного обобщения и рефлексии.

В других – формируется в результате чрезмерно завышенных требований со стороны взрослых, когда ребенок получает только отрицательные оценки своих действий. Здесь самооценка выполняет защитную функцию. Сознание ребенка как бы "выключается": он не слышит травмирующих его критических замечаний в свой адрес, не замечает неприятных для него неудач, не склонен анализировать их причины.

Когда замечания взрослого в адрес ребенка чаще носят исключительно негативный характер – формируется *заниженная самооценка*. Отрицательный образ себя, внушаемый ребенку взрослыми (груб, неумен, неспособен) приводит к тому, что ребенок постоянно находится в состоянии напряженного ожидания насмешек или других недоброжелательных проявлений в свой адрес. Это приводит, в свою очередь, к повышенной нервной возбудимости и утомляемости, постоянным конфликтам с детьми либо к замиранию – ребенок становится вялым и никак не проявляет себя в деятельности. Негативные оценки взрослых

закрепляются в детском сознании, оказывают неблагоприятное влияние на формирование его представлений о себе.

И в том, и в другом случае (завышенная заниженная самооценки) не развивается способность анализировать, оценивать и контролировать свои действия и поступки.

### **Коррекционная работа:**

*Дети с заниженной самооценкой:*

- ✓ подчеркивание успехов ребенка, его достижений за какой-то временной период («ты уже научился делать то-то и то-то...»),
- ✓ выражением уверенности в его возможностях («У тебя обязательно получится!»).
- ✓ поощрение проявления всякой инициативы,
- ✓ формирование адекватного отношения к успехам и неудачам.

*Дети с завышенной самооценкой.*

Завышенная самооценка может быть следствием воспитания, например, по типу кумира семьи, вседозволенности, а в иных случаях является компенсацией эмоционального неблагополучия ребенка, стремлением доказать, что он — лучше всех и таким образом способен добиться внимания, популярности и успеха.

Важно:

- ✓ помочь ребенку наладить отношения с другими детьми, формирование уважительного отношения, приятия, сопереживания;
- ✓ не перехваливать ребенка, поощрять только, когда он этого заслуживает;
- ✓ поощрять других детей в присутствии ребенка с завышенной самооценкой. Подчеркните достоинства другого;
- ✓ не сравнивать ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра),
- ✓ формирование адекватного отношения к успехам и неудачам.

Таким образом, на развитие самооценки влияет множество факторов. Самым главным фактором является семья. Родившийся ребенок не имеет представления о себе и окружающим мире, о том, как надо себя вести, у него нет критерия самооценки. Ребенок опирается на опыт окружающих его взрослых, на оценки, данные ему. До 5-6 лет его самооценка формируется исключительно под воздействием той информации, которую он получает в

семье. Родители оценивают ребенка через слово, интонацию, мимику, жесты. В этот период ребенок не сравнивает себя с другими.

Другие факторы начинают влиять на самооценку ребенка посещающего детское дошкольное учреждение. Внешние факторы подкрепляют ту самооценку, которая сформировалась у него в семье. Дети с адекватным уровнем самооценки справляются с неудачами и трудностями легко. Дети с заниженной самооценкой, несмотря на удачу, терзаются переживаниями. Ребенок, через общение с другими, познает их, а через них и себя. Дети старшего дошкольного возраста чаще оценивают себя положительно, а неудачи связывают с определенными обстоятельствами, но с возрастом адекватность самооценки повышается. С возрастом происходит переход к более обобщенной самооценке.

Для ребенка одинаково вредны и отсутствие критики со стороны взрослого (вседозволенность) и чрезмерная строгость, когда замечания взрослого в адрес ребенка носят исключительно негативный характер. В первом случае к концу дошкольного возраста формируется неадекватно завышенная, а во втором случае - заниженная самооценка. И в том, и в другом случае не развивается способность анализировать, оценивать и контролировать свои действия и поступки.

Самооценка как устойчивый факт сознания возникает в отчетливом виде в подростковом возрасте, но отдельные ее компоненты формируются уже в дошкольном возрасте.

Игры, которые помогут сформировать и поддержать у дошкольника адекватную самооценку.

#### "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, чем он есть сейчас.

#### "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 воспитателей (родителей ) или другие дети.

Иногда полезно меняться ролями. Примеры ситуаций:

- Ты участвовал в соревновании и занял первое место, а твой друг был почти последним. Он очень расстроился, помоги ему успокоиться.
- Мама принесла 3 апельсина, тебе и сестре (брату) , как ты поделишь их? Почему?
- 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 вашему ребенку освоить эффективные способы поведения и использовать их в реальной жизни.)

### "Жмурки"

Не удивляйтесь, эта старая, всем известная 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.

### "Зеркало"

В эту игру можно играть вдвоем с ребенком или с несколькими детьми. Ребенок смотрится в "зеркало", которое повторяет все его движения, жесты, мимику. "Зеркалом" может быть воспитатель, (родитель ) или другой ребенок.

Можно изображать не себя, а кого-нибудь другого, "Зеркало" должно отгадать, потом поменяйтесь ролями. Игра помогает ребенку открыться, почувствовать себя более свободно, раскованно.

Можно поиграть и в "Прятки", и в "Магазин", и просто надувать шары, кто быстрее. Главное, чтобы ребенок успешно справлялся с заданиями и учился достойно проигрывать.

