

# Консультация

## “Самооценка у детей дошкольного возраста”

Подготовила: педагог-психолог МБДОУ МО  
г. Краснодар «Центр - детский сад №217» Балаян А.А.

Что такое самооценка, и почему она так важна для подрастающего человека? Самооценка- это представление человека о самом себе, оценка самого себя в различных ситуациях. Самооценка может быть адекватной и неадекватной. Неадекватная самооценка может быть завышенной или заниженной. Каждая из них характерным образом проявляется в жизнедеятельности человека.

Самооценка формируется в возрасте до 7 лет. В дальнейшем ее можно поменять или развить, но это требует специальных усилий.

Дети дошкольного возраста в подавляющем большинстве имеют высокую самооценку, что является нормой. Если вы спросите у своего малыша считает ли он себя хорошим, то услышите утвердительный ответ.

На развитие самооценки детей влияет множество факторов. Самым главным фактором является семья. Родившийся ребенок не имеет представление о себе и окружающем 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.

Благополучная самооценка формируется если значимые взрослые уважают ребенка, верят в его силы, реализуют его потребности, признают его право на мысли, желания, чувства, собственное мнение. И уважать - это не потакать и не выполнять любую “хотелку” по первому требованию.

Уважение, как многослойный пирог, можно разделить на несколько важных составляющих:

- Уважение к чувствам.

Бывает, что чувства детей игнорируются или обесцениваются, даже если им очень грустно. ( Перестань плакать, тут нечего бояться, совсем не больно, что ты прилип, иди играй с детьми, не обращай внимания).

Если я уважаю, то я понимаю твои чувства ( тебе грустно, страшно, больно, обидно), признание нормальности его чувств в этой ситуации ( я бы тоже испугался, мне было бы обидно)

- Уважение к мыслям.

Иногда ребенок воспринимается как существо, не имеющее право на собственное мнение ( не говори ерунду)

Ребенку в детстве важно усвоить, что он человек, к мнению которого прислушиваются окружающие, и он может свое мнение высказывать.

- Уважение к интересам.

С отсутствия такого уважения у детей начинается потеря интереса ко всему.

- Уважение к телу.

Взрослый воспитывает у ребенка бережное отношение к телу, правила его неприкосновенности.

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.

Что же делать, если самооценка Вашего ребенка неадекватна ( сильно завышена или занижена)?

- Не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его, Пусть малыш поможет с уборкой, сам полетит цветок.
- Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять, когда он этого заслуживает.
- Поощряйте в ребенке инициативу.
- Не забывайте, что ребенок внимательно наблюдает за вами. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам.
- Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой.
- Не бойтесь искренне любить своего ребенка и показывать ему свою любовь!

Важно помнить, что развивая здоровую самооценку, мы закладываем основы счастливой и успешной жизни ребенка в будущем!