Структурное подразделение «Детский сад № 11 комбинированного вида» МБДОУ «Детский сад «Радуга» комбинированного вида» Рузаевского муниципального района

**Консультация**

**педагога - психолога:**

***«ФОРМИРОВАНИЕ САМООЦЕНКИ У ДЕТЕЙ»***

Подготовила:

педагог – психолог Козлова Н.В.

2019г.

Самооценка является одной из важнейших характеристик личности. Через отношение к себе человек воспринимает и других людей, и весь окружающий мир. Интересно, что самооценка начинает формироваться уже в очень раннем возрасте — в 3−4 года, поэтому этот вопрос никак нельзя оставить без внимания.

**Роль и составляющие самооценки**

Взрослые часто преуменьшают значение самооценки в жизни дошкольников, ошибочно предполагая, что в этот период важнее получать знания и осваивать навыки, которые пригодятся в школе. Однако именно самооценка во многом определяет и социализацию ребенка в коллективе, и его активность и амбиции.

Психологи выделяют две составляющие самооценки — интеллектуальную и эмоциональную. Интеллектуальная часть представляет собой результат самоанализа, определения своих слабых и сильных сторон, сравнения с окружающими и их способностями. Эмоциональная составляющая формируется под влиянием мнения членов семьи, друзей, преподавателей и т. д. У детей до 6 лет доминирует эмоциональный компонент, поэтому отношение родителей к успехам, достижениям, поведению ребенка в это время необычайно важно.

**Формируем адекватную самооценку**

В трехлетнем возрасте ребенок входит в фазу своего первого личностного кризиса. В этот период он начинает осознавать себя как личность, проявлять свое «Я» [в коллективе](http://www.rastishka.ru/parent/statya/kak-rebenok-chuvstvuet-sebya-v-kollektive) и семье, добиваться самостоятельности. При этом огромную роль по-прежнему играет оценка окружающих, в особенности родителей, которая и является определяющей в формировании детской самооценки.

Ребенок, собрав конструктор, слепив снеговика, убрав игрушки или даже почистив самостоятельно зубки, ищет одобрения у мамы и папы. Если родители его [хвалят](http://www.rastishka.ru/parent/statya/v-vospitatelnykh-tselyakh-kak-pravilno-khvalit-rebenka), он, довольный собой, возвращается к своим делам. Если же в его адрес звучат даже незначительные замечания, ребенок сразу же идентифицирует их как критику. Причем характеристику своих действий он напрямую связывает с собой — если родители посчитали его рисунок не очень красивым, значит, и он сам плохой.

Мамам и папам нужно понимать, что формирование адекватной самооценки у детей зависит от умения правильно оценивать результаты их деятельности. Проигнорируете или раскритикуете — самооценка будет падать, незаслуженно похвалите или будете льстить — неоправданно взлетит. Адекватная самооценка сформируется только при адекватной оценке окружающих, а также при четком разграничении понятий «деятельность» и «личность».

**Советы родителям**

Для ребенка 3−6 лет наиболее авторитетной, как правило, является оценка мамы и папы. Тем не менее, дети прислушиваются и к словам других людей — ребят в детском саду, воспитателей, бабушек и дедушек, учителей и т. д. Нередко критика окружающих приводит к тому, что у ребенка формируется заниженная самооценка, которая заставляет его сомневаться в своих способностях. Или, наоборот, чрезмерная любовь друзей и родственников убеждает ребенка в его исключительности и совершенстве. Задача родителей — выстроить воспитание таким образом, чтобы похвалы и критика в адрес ребенка способствовали адекватному развитию самооценки. Сделать это помогут простые правила поведения в семье:

* Будьте честны с ребенком. Оценивать действия нужно по заслугам, но с учетом возраста. Ожидать от 3-летнего ребенка шедевральную картину или рекордную скорость во время бега не стоит. Однако в любом случае нужно похвалить его за старания и при этом аккуратно указать на моменты, над которым еще стоит поработать.
* Не используйте откровенную критику и лесть. Регулярно критикуя ребенка, вы демонстрируете свое разочарование в нем, а это очень серьезно бьет по еще не сформированной детской самооценке. Необоснованные похвалы приводят к тому, что у ребенка чересчур повышается [уверенность в себе](http://www.rastishka.ru/parent/statya/kak-vospitat-v-rebenke-uverennost-v-svoikh-silakh), и он может вести себя надменно в кругу друзей.
* Умейте признавать свои ошибки. Ребенок должен видеть наглядный пример — как его мама и папа готовы признать, что сделали что-то недостаточно хорошо, но при этом не расстраиваются и не бросают дело. Такая реакция наилучшим образом демонстрирует умение адекватно оценивать свою деятельность.
* Научитесь характеризовать деятельность ребенка, не давая при этом характеристику его личности. Если у него не получился рисунок, избегайте слов «Ты плохой художник», лучше помогите исправить недостатки — это полезно и для самооценки, и для развития навыка.

В целом, в семье следует создать дружелюбную атмосферу, где ценятся честность, старания и поддержка друг друга. Помните, что дети с адекватной самооценкой быстрее вливаются [в коллектив](http://www.rastishka.ru/parent/statya/kak-rebenok-chuvstvuet-sebya-v-kollektive), легче переживают неудачи и охотнее двигаются к поставленной цели. И, являясь очень важным человеком для ребенка, вы можете корректировать его самооценку и создавать, тем самым, важную базу для личностного развития.