**Самооценка Ребенка**

**Самооценка** – суждение человека о наличии, отсутствии или слабости тех или иных качеств, свойств в сравнении их с определенным образцом, эталоном. Другими словами – это оценка самого себя.

Истоки умения оценивать самого себя закладываются в раннем детстве, а развитие и совершенствование его происходят в течении всей жизни человека. Дошкольный возраст – это начальный период осознания ребенком самого себя, своих мотивов и потребностей в мире человеческих отношений. Поэтому важно в этот период заложить основы для формирования дифференцированной\* адекватной самооценки. Всё это позволит ребенку правильно оценить себя, реально оценивать свои силы по отношению к задачам и требованиям социальной среды, в соответствии с этим самостоятельно ставить перед собой цели и задачи.

Оценка дошкольника самого себя во многом зависит от того, как его оценивает взрослый. Заниженные оценки оказывают самое отрицательное воздействие. А завышенные искажают представления детей о своих возможностях в сторону преувеличения результатов. Чем точнее оценочное воздействие взрослого, тем точнее представление ребенка о результатах своих действий. Часто мы слышим: «Ты уже такой большой, а завязывать шнурки (есть кашу, читать и др.) так и не научился!» Родители не задумываются над тем, что именно из их оценок, в первую очередь, складывается мнение ребенка о себе. Именно в семье ребенок узнает, любят ли его, принимают ли таким, каков он есть, сопутствует ли ему успех или неудача.

Активность, находчивость, бодрость, чувство юмора, общительность, желание идти на контакт - вот те качества, которые свойственны детям с адекватной самооценкой. Они охотно участвуют в играх, не обижаются, если оказываются проигравшими.

Пассивность, мнительность, повышенная ранимость, обидчивость часто свойственны детям с заниженной самооценкой. Они не хотят участвовать в играх, потому что боятся оказаться хуже других, а если участвуют в них, то часто обижаются. Иногда дети, которым дается негативная оценка в семье, стремятся компенсировать это в общении со сверстниками. Они хотят всегда и везде быть первыми и принимают близко к сердцу, если это им не удается.

При завышенной самооценке дети во всем стремятся быть лучше других. Часто от такого ребенка можно услышать: "Я - самый лучший (сильный, красивый). Вы все должны меня слушать". Он часто бывает агрессивен с теми детьми, которые тоже хотят быть лидерами.

Начав общение с окружающими, дошкольник понимает существование самого себя в этом общении. Но он не знает о своих качествах. Он только принимает ту оценку, которую дают ему взрослые. «Ты молодец», – скажет ему мама, и ребенок знает, что он молодец. «Ты плакса», – скажет папа, ребенок знает, что он плакса.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**\***[*книжн.*](https://ru.wiktionary.org/wiki/%D0%92%D0%B8%D0%BA%D0%B8%D1%81%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%80%D1%8C:%D0%A3%D1%81%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D1%81%D0%BE%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F) Предусматривающий различение, разделение чего-либо, осуществляемый с учётом различий

Но какое из определений хорошее, какое плохое – он не понимает. А вот когда начнет посещать

детский сад и общаться с такими же, как он, оценки взрослых обретут смысл и начнут вызывать у малыша положительные или отрицательные эмоции.

Самооценка начнет развиваться гораздо позднее, уже после того, как ребенок научится распознавать положительную или отрицательную стороннюю оценку. Он должен заниматься определенными видами деятельности (игра, самостоятельное одевание, держание ложки, первые развивающие занятия) и сравнивать себя с другими детьми, чтобы понимать, что у него получается, что не получается. Ну а давать адекватную оценку своему знанию и незнанию он начнет в старшем дошкольном возрасте и в начальной школе. Дети 3-5 лет чаще дают себе завышенную оценку, нежели заниженную. Это связано с тем, что взрослые их больше хвалят, чем критикуют.

**Рекомендации родителям, заинтересованным в формировании адекватной самооценки для увеличения уверенности ребенка в себе**

* Не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его. Пусть малыш поможет с уборкой, сам польет цветок, получит удовольствие от сделанного и заслуженную похвалу. Не нужно ставить перед ним непосильные задачи, для выполнения которых он еще просто не дорос.
* Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять, когда он этого заслуживает. Если малыш давно умеет сам есть ложкой, не нужно каждый раз за это хвалить, но если у него получилось поесть аккуратно, не размазав кашу по всему столу, обязательно отметьте это достижение.
* Поощряйте в ребенке инициативу.
* Не забывайте, что малыш внимательно наблюдает за Вами. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Сравните: "У мамы не получился пирог, ну ничего, в следующий раз положим больше муки" / "Ужас! Пирог не получился! Никогда больше не буду печь!"
* Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, какой он был вчера или будет завтра).
* Не бойтесь искренне любить своего ребенка и показывать ему свою любовь!

**Основные стратегии позитивного оценивания ребенка старшего дошкольного возраста.**

1. Положительная оценка ребенка как личности, демонстрация доброжелательного к нему отношения («Я знаю, ты очень старался»).

2. Указания на ошибки, допущенные при выполнении задания, или нарушения норм поведения («Но сейчас ты поступил неправильно, ты толкнул Машу»).

3. Анализ причин допущенных ошибок и плохого поведения («Тебе показалось, что Маша толкнула тебя специально, но она это сделала не нарочно»).

4. Обсуждение вместе с ребенком способов исправления ошибок и допустимых в данной ситуации форм поведения.

5. Выражение уверенности в том, что у него все получится («он не будет больше толкать девочек»).

В процессе общения ребенок постоянно получает обратную связь. Позитивная обратная связь сообщает ребенку о том, что его действия правильны и полезны. Таким образом, ребенок убеждается в своей компетентности и достоинствах.Улыбка, похвала, одобрение – все это примеры положительного подкрепления, они ведут к повышению самооценки, создают позитивный образ Я.

*Используемые источники: Е.Н. Лихачева «Формирование адекватной самооценки у детей дошкольного возраста в условиях ДОУ»*

Педагог-психолог Веснина Юлия Владимировна