

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ФОРМИРОВАНИЮ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

Известно, как значимо формирование в старшем дошкольном возрасте адекватной самооценки. Адекватная самооценка, уровень притязаний играют важнейшую роль в формировании личности ребенка. Особенно велико значение адекватного уровня притязаний в подготовке детей к школьному обучению. Но также известно, что ребенок не рождается на свет с определенным отношением к себе. Как и все другие особенности личности, самооценка складывается в процессе воспитания, где основная роль принадлежит семье и детскому саду.

Родители должны помнить об основных правилах в воспитании:

1. Давая негативную оценку действиям ребенка, нельзя говорить: «Ты не умеешь строить, рисовать... подметать». В этих случаях ребенок не может сохранить побуждение к данному виду деятельности, утрачивает уверенность в себе, в своих силах, способностях. С переживания низкой самооценки, вызванной отношением взрослых, начинается невротическое развитие ребенка.

2. Нельзя позволять, чтобы негативная оценка деятельности ребенка распространялась на его личность, то есть ребенка надо критиковать за его поведение. Оценка личности блокирует развитие ребенка и формирует комплекс неполноценности, а следовательно, и неадекватную заниженную самооценку и уровень притязаний.

3. Очень важна интонация, эмоциональная окраска высказывания, обращенного к ребенку. Дети реагируют не только на содержание, но и на эмоциональную окраску, в которой заключено отношение к ребенку.

4. Недопустимо сравнивать ребенка (его дела и поступки) с кем-то другим, его нельзя никому противопоставлять, такие сравнения являются с одной стороны, психотравмирующими, а с другой — формируют негативизм, эгоизм, зависть.

5. Родители должны создавать такую систему взаимоотношений с ребенком, в которой он будет воспринимать себя только благоприятно (как норму). Лишь в этом случае он может нормально воспринимать чужие успехи, без снижения самооценки.

6. Главная функция семьи заключается в том, чтобы способность социальной адаптации ребенка исходила из его возможностей.

7. В отношениях к ребенку недопустим резкий переход от только положительных оценок к резко отрицательным, от наказующего тона к ласковому задабриванию.

Соблюдение родителями вышеперечисленных правил в воспитании детей обеспечит наиболее благоприятное развитие детской психики, а также формирование адекватной самооценки и уровня притязаний.

Формирование адекватного уровня притязаний лучше всего со старшими дошкольниками реализовывать в игровой деятельности. Мы знаем, что дети,

обладающие завышенной самооценкой, отличаются не критичным отношением к себе, они стремятся не замечать неудач, игнорируют замечания взрослых, неадекватно реагируют на оценки. А в отношении к своим сверстникам, напротив, очень критичны, им свойственно стремление обсмеять товарищей за малейший промах, указать на недостатки.

В таких случаях очень эффективно взрослому использовать детские игры с карточками-фиксаторами.

Например: взрослый и ребенок с завышенной самооценкой могут поочередно метать мяч в корзину. После каждого попадания, попавший получает карточку (звездочку, флажок). В конце игры подводится итог — подсчитываются карточки: у кого больше, тот победил. Использование карточек-фиксаторов позволит помочь ребенку наглядно убедиться в результатах собственной деятельности, а не игнорировать их. В ходе такой игры используется прием «самокритичный взрослый», когда взрослый на своем примере демонстрирует ребенку правильное отношение к неудачам и успеху, учит ребенка не бояться признать свое поражение и показывает взаимосвязь между стараниями и результатом. Такая позиция взрослого позволяет стать истинным партнером ребенку.

Первоначально взрослый должен в 50 % случаев давать выиграть дошкольнику. Можно сказать: «Ты выиграл. А мне надо еще потренироваться». В таком случае дошкольник видит, что неудовлетворенный результат воспринимается как мотивация для дальнейших усилий для достижения успеха. Постепенно ребенок начинает сам осознавать свои неудачи как повод для поиска наиболее оптимальной позы, более точных движений — т. е. для *саморазвития*. Так формируется *самокритичность*, ребенок начинает прислушиваться к советам, оценкам и адекватно реагировать на них.

Затем взрослый может выигрывать чаще, и ребенок уже не будет стремиться проигнорировать свой проигрыш. Нужно помочь ребенку, самому подсчитывая карточки, осознать, что он в этот раз не победил, и в этом нет ничего трагичного или постыдного. Значит, в следующий раз нужно приложить больше старания, потренироваться. Когда ребенок уже адекватно реагирует на свои поражения, понимает, что чем больше он старается, тем лучше у него получится, тогда повышается и продуктивность и эффективность деятельности. Так у ребенка и формируются такие черты характера как целеустремленность, стремление к самосовершенствованию. Дети начинают самостоятельно выбирать для себя новые цели, усложнять задачи. Такие черты характера присущи детям с адекватной самооценкой.

В коррекции нуждаются и дошкольники с заниженным уровнем притязаний. Известно, что они страдают не меньше, а даже больше, чем дети с завышенным уровнем притязаний. Дети с низкой самооценкой отличаются неуверенностью в себе, стеснительностью, робостью. Часто они замкнуты, у них низкий социометрический статус. Они нерешительны и несамостоятельны.

Чтобы помочь такому ребенку, взрослый должен действовать

очень осторожно, чтобы не травмировать его. Для начала, понаблюдав за ребенком, можно заняться вместе с ним тем, что он любит делать, что у него получается. За малейшие достижения ребенка нужно хвалить, акцентировать его внимание на успехе. Нужно дать дошкольнику пережить то, чего он лишен в детском коллективе — ситуацию успеха, победы. Взрослый может проигрывать. Но говоря ребенку что он выиграл (можно также использовать в играх карточки-фиксаторы, для того чтобы ребенок самостоятельно убедился в своей победе), необходимо отметить, почему это удалось ему. Это поможет ребенку увидеть причинно-следственную связь: он выиграл не потому, что он хороший, а потому что он приложил усилия, удачно выбрал позицию, хорошо прицелился и т. п.

Как правило, у детей с заниженным уровнем притязаний низкий социальный статус, их не принимают в игры другие дошкольники, т. к. считают, что они «ничего не умеют». Поэтому очень эффективно, когда такой ребенок добьется какого-либо успеха, привлекать к положительной оценке других детей. Например:

«Посмотрите, как далеко прыгнул Ваня! Правда, молодец?» Или: «Дети, вам нравится этот рисунок? Красивый, видно, что тот, кто рисовал, очень старался. А выполнил этот рисунок Ваня».

Для повышения статусного положения дошкольника с низким уровнем притязаний необходимо постоянно включать ребенка в игровую деятельность, почаще давать ему поручения (как правило, такие дети очень исполнительны), постепенно давать главные роли в спектаклях, сценках.

Таким образом, у дошкольника появится уверенность в себе, своих способностях, он станет более смелым, решительным, общительным. Товарищи по группе станут по-другому относиться к нему, будут приглашать вместе играть. А это, в свою очередь, поддержит уверенность дошкольника в себе, сделает его более активным, инициативным. Но важна гармоничность, согласованность в педагогических и психологических воздействиях, оказываемых на ребенка.

Совершенно недопустимо, чтобы в детском саду воспитатель и психолог стремились помочь ребенку повысить самооценку и статусное положение, а дома родители или старшие братья, сестры с силу своей некомпетентности, сводили эти усилия к нулю.