

Консультация для родителей

«Самооценка ребёнка дошкольного возраста»

Уважаемые родители! Вы должны знать о том, что самооценка является основой личности каждого человека, в том числе ребёнка. Она закладывается в детстве и оказывает влияние на всю жизнь. В данной консультации вы можете более подробно узнать, что же такое самооценка и как её сформировать в дошкольном возрасте.

Что такое самооценка? Это то, как человек оценивает себя, свои возможности, поступки. Мы постоянно сравниваем себя с другими, и на основе этого сравнения вырабатываем мнение о себе, о своих возможностях и способностях, чертах своего характера и человеческих качествах. Адекватная самооценка позволяет человеку соотносить свои силы с задачами разной трудности и требованиями окружающих. Неадекватная (заниженная или завышенная) деформирует внутренний мир, мешает гармоничному развитию.

Самооценка начинает развиваться уже в раннем детстве. Часто мы слышим: “Ты уже такой большой, а завязывать шнурки (есть кашу, читать, др.) так и не научился!” Родители не задумываются над тем, что именно из их оценок, в первую очередь, и складывается мнение ребенка о себе; это потом, в школьном возрасте, он научится сам оценивать свои возможности, успехи и неудачи. Именно в семье ребенок узнает, любят ли его, принимают ли таким, каков он есть, сопутствует ли ему успех или неудача.

Как проявляется уровень самооценки в поведении? 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.

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.

Хотите проверить, какая самооценка у вашего малыша?

Это легко сделать с помощью теста “Лесенка”. Его используют с 3-х лет.

Нарисуйте на листе бумаги или вырежьте лесенку из 10 ступенек. Теперь покажите ее ребенку и объясните, что на самой нижней ступеньке стоят самые плохие (злые, завистливые и т. д.) мальчики и девочки, на второй ступеньке - чуть получше, на третьей еще лучше и так далее. А вот на самой верхней ступеньке стоят самые-самые умные (хорошие, добрые) мальчики и девочки. Важно, чтобы ребенок правильно понял расположение на ступеньках, поэтому можно его об этом переспросить. А теперь спросите, на какой ступеньке стоял бы он сам? Пусть нарисует себя на этой ступеньке или поставит куколку. Вот вы и выполнили задание, остается сделать выводы.

Если ребенок ставит себя на первую, 2-ю, 3-ю ступеньки снизу, то у него заниженная самооценка. Если на 4-ю, 5-ю, 6-ю, 7-ю, то средняя (адекватная). А если стоит на 8-й, 9-й, 10-й, то самооценка завышена. Но для детей-дошколят завышенной считается самооценка, если малыш постоянно ставит себя на 10-ю ступеньку.

Советы родителям, заинтересованным в формировании адекватной самооценки:

- Не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его.
- Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять, когда он этого заслуживает.
- Поощряйте в ребенке инициативу.
- 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!

Удачи вам и вашим детям!