

## **Формирование адекватной самооценки у дошкольников.**

- .1 Сущность и содержание понятия «самооценка»
- .2 Особенности самооценки детей в дошкольном возрасте
- .3 Методы изучения самооценки у детей дошкольного возраста и анализ результатов исследования
- 4 Коррекционно-развивающая программа по формированию адекватной самооценки детей дошкольного возраста
- 5 Оценка эффективности проведенных мероприятий

Актуальность исследования. Важность формирования самооценки детей обусловлена тем, что на современном этапе развития нашего общества возрастает роль общественно значимой активности личности, предполагающей ее высокую сознательность и требовательность как в отношении к другим людям, так и к самой себе.

По отношению к дошкольникам повышение активности и сознательности означает, как считают В. Абраменкова, А. В. Иващенко, Е.Н. Лебеденко, развитие у них способности реалистически оценивать собственные возможности при достижении определенных целей в различных видах деятельности, а также формирование умения согласовывать свои действия с интересами и потребностями других людей на основе правильной оценки своих личностных качеств, а также - партнеров по общению. Названные особенности психической регуляции ребенка-дошкольника являются необходимым условием подготовки его к школьному обучению, которое, как известно, носит коллективный характер.

Известно, что у дошкольника потребность во внешней оценке чрезвычайно велика, но она не всегда в полной мере удовлетворяется. Ребенок, по мнению Л.И. Божович, стремится стать именно таким, каким его видит взрослый. Следовательно, одним из аспектов понимания тенденции развития и возможного прогнозирования динамических изменений в самосознании, в том числе в развитии общей и частной самооценки ребенка, может служить изучение отношения к нему со стороны социальной среды, и в первую очередь со стороны родителей.

Изучению самооценки в дошкольном возрасте посвящены исследования Л.И. Божович, Р. Бернса, О.А. Белоборыкиной, М.И. Лисиной, А.И. Сильвестру, Е.Е. Кравцовой, Т.А. Репиной, Г.А. Урунтаевой и других. Данные работы

описывают динамику развития самооценки, механизмы ее формирования на каждом возрастном этапе, роль взрослых и сверстников в формировании самооценки. Согласно данным исследованиям, под самооценкой понимают оценку личностью себя, своих качеств и места среди других людей. Психологические исследования А.К. Болотовой доказывают, что особенности самооценки влияют и на эмоциональное состояние, и на степень удовлетворенности своей работой, учебой, жизнью, и на отношения с окружающими.

Роль самооценки в формировании личности, приобретении ею социального опыта и нахождении своего места в системе общественных отношений анализировалась в целом ряде исследований. Была обнаружена связь характера самооценки с различными видами общения и деятельности детей, указаны тенденции ее развития. Результаты исследований (Л.И. Божович, М.И. Боришевский, М.Л. Гомелаури, А.А. Ершов, Л.М. Запругалова, Я.С. Коломинский, А.П. Копылова, А.И. Липкина, Л.Г. Подольяк, Б.И. Савонько) позволяют констатировать, что самооценка, являясь неотъемлемым компонентом потребностно-мотивационной сферы личности, приобретает с возрастом ребенка все большее значение в качестве регулятивного фактора.

Работы Н.Е. Анкудиновой, О.А. Белобрыкиной, В.А. Горбачевой, посвященные самооценке детей дошкольного возраста, обнаруживают ее зависимость от оценочного отношения взрослых в регламентированных правилами видах деятельности.

В большинстве исследований самооценка ребенка-дошкольника рассматривается в структуре его образа "Я", представляющего собой к концу старшего дошкольного возраста относительно устойчивое образование (Е.О. Смирнова, Л.П. Почеревина, С.Г. Якобсон). Появление к концу дошкольного возраста «собственно осознаваемых» форм самооценки показано в работах Т.А. Репиной, Р.Б. Стеркиной, которые раскрыли связь самооценки с общением детей, показали роль результативной деятельности в качестве детерминанты, повышающей уровень осознанности самооценки. Е.А. Архиповой установлена зависимость самооценки от типа воздействия воспитателя.

В связи с этим необходимо проводить коррекционно-развивающую работу по формированию адекватной самооценки детей дошкольного возраста.

## **.1 Сущность и содержание понятия самооценка**

Проблема самооценки, как одна из центральных проблем психологии личности, изучалась в трудах различных отечественных и зарубежных психологов. Среди них можно выделить следующих авторов: Л.И. Божович, Л.В. Бороздина, Л.С. Выготский, А.В. Захарова, Б.В. Зейгарник, А.Н. Леонтьев, А.И. Липкина, М.И. Лисина, В.С. Мерлин, В.с. Мухина, Е.И. Савонько, В.Ф. Сафин, Е.А. Серебрякова, Г.Л. Собиева, А.Г. Спиркин, В.В. Столин, С.Л. Рубинштейн, П.Р. Чаматы, И.И. Чеснокова, П.М. Якобсон; А. Адлер, А. Бандура, Р. Бернс, И. Бранден, У. Джемс, Ф. Зимбардо, С. Куперсмит, К. Левин, К. Роджерс, М. Розенберг, З. Фрейд, К. Хорни.

В зарубежной психологии самооценку рассматривают в структуре «Я-концепции», которая определяется как совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой.

В психоаналитической теории рассматривается положение, что складывающееся в сознании индивида представление о самом себе является неполным, искаженным, не соответствующее действительности. По мнению З. Фрейда самооценка складывается под давлением конфликта между внутренними побуждениями и внешними запретами, в силу такого постоянного конфликта, адекватная самооценка невозможна [43].

Неофрейдисты считали, что личность направляется в своем поведении несовместимыми с ее стержневыми мотивами требованиями социальной среды и поэтому неспособна, строить адекватные оценочные суждения о самой себе. К. Хорни выдвинула предположение о значении, которое имеет для формирования личности соотношение между «реальным Я» и «идеализированным Я», Г. Салливан прослеживал влияние различного рода ранних персонификаций (эмоционально насыщенных образов о себе и других людях) на формирование характера [43].

Бихевиористы анализируют самооценку с точки зрения теории научения (А. Бандура, Г. Мид, Б. Скиннер). А. Бандура рассматривает самооценку как подкрепляющий фактор действия, он определяет самооценку, как один из компонентов регулирующих поведение, широкий спектр поведения человека регулируется с помощью реакций самооценки, выражаемых в форме удовлетворенности собой, гордости своими успехами, а также неудовлетворенности собой и самокритики [43].

В гуманистической теории А. Маслоу, Р. Мей, Г. Олпорт, К. Роджерс придерживались точки зрения, по которой образ, складывающийся у индивида о самом себе, может быть неполным, искаженным. Мнения

окружающих, усвоенные с детства представления, собственные притязания, все это при определенных условиях складывается в картину, которая не совпадает с объективной структурой личности. Чтобы преобразовать эту картину и добиться адекватной самооценки, нужно изменить реальную систему отношений, в которой она сложилась, а именно изменить социальную позицию личности, систему ее взаимоотношений с другими людьми, характер ее деятельности [43].

В интеракционистском подходе (М. Вебстер, Ч. Кули, М. Мид, Б. Собичек) внимание акцентируется на личности, которая формируется на основе опыта, получаемого индивидом при взаимодействии с другими. То есть, самооценка, и представление человека о себе обуславливаются реакциями и мнениями других о человеке. Кули Ч. Создал теорию «Зеркального Я», где важное значение имеет субъективно интерпретируемая обратная связь, получаемая от других людей, как главного источника данных о собственном «Я» [43].

Представитель феноменологического подхода Н. Бранден указывает на тот факт, что самооценка, представление человека о самом себе играют важную роль в понимании человека. Он определяет самооценку, как аспект самоуважения, уверенность человека в том, что используемые им методы взаимодействия с действительностью принципиально верны и отвечают требованиям реальности. Самооценка выступает неперенным условием осуществления эффективного взаимодействия с миром и оказывает глубокое воздействие на процессы мышления человека, эмоции, желания, ценности и цели [43].

Итак, зарубежные психологи рассматривают самооценку в основном как механизм, обеспечивающий согласованность требований индивида к себе с внешними условиями, то есть максимальной уравновешенности личности с окружающей его социальной средой. При этом сама социальная среда понимается ими как враждебная человеку. Ограничение роли самооценки только приспособительной функцией отрицает активность личности и функцию самооценки как одного из механизмов, реализующих эту активность.

Проблема становления самосознания и самооценки как его компонента, рассматривались в работах: Б.Г. Ананьева, Л.И. Божович, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, В.С. Мерлина, С.Л. Рубинштейна, В.В. Столина, И.И. Чесноковой, Е.В. Шороховой.

В работах, посвященных самооценке детей дошкольного возраста, подчеркивается ее зависимость от уровня освоения ребенком той деятельности, в которой она проявляется (Н.Е. Анкундинова, А.М. Богуш, В.А. Горбачева, К.А. Архипова, Р.Б. Стеркина, Е.О. Смирнова, Г.Б. Тагиева).

По мнению Г.С. Абрамовой, самооценка - это осознание человеком самого себя, своих физических сил, умственных способностей, поступков, мотивов и целей своего поведения, своего отношения к окружающим, к другим людям и самому себе. Г.С. Абрамова считает оценку себя в целом общей самооценкой, а оценку достижений в отдельных видах деятельности - парциальной. Помимо этого выделяет актуальную (то, что уже достигнуто) и потенциальную (то, на что способен) самооценку. По мнению автора самооценку можно разделить на адекватную и на неадекватную, т. е. соответствующую и несоответствующую реальным достижениям и потенциальным возможностям индивида. Так же различается самооценка по уровню - высокому, среднему, низкому [2].

Л.С. Выготский определяет самооценку как обобщенное т.е. устойчивое, внеситуативное и, вместе с тем, дифференцированное отношение ребенка к себе. Он полагает, что самооценка опосредует отношение ребенка к самому себе, интегрирует опыт его деятельности, общение с другими людьми [29].

Б.Г.Ананьев определяет самооценку как важный компонент самосознания, который проявляется в оценке личностью самой себя, своих физических и психических возможностей, качеств, своего положения среди других людей. Самооценка относится к фундаментальным образованиям личности. Она в значительной степени определяет ее активность, отношение к себе и другим людям [11].

Таким образом, в зарубежной психологии (А. Адлер, А. Бандура, Р. Бернс, И. Бранден, У. Джемс, К. Левин, К. Роджерс, З. Фрейд, К. Хорни и др.) самооценку рассматривают как механизм, обеспечивающий согласованность требований индивида к себе с внешними условиями, то есть максимальной уравновешенности личности с окружающей его социальной средой. В работах отечественных психологов (Г.С. Абрамова, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, М.И. Лисина, В.С. Мерлин, В.С. Мухина, В.В. Столин, С.Л. Рубинштейн, И.И. Чеснокова, П.М. Якобсон) самооценка определяется как осознание человеком самого себя, своих физических сил, умственных способностей, поступков, мотивов и целей своего поведения, своего отношения к окружающим, к другим людям и самому себе.

## **.2 Особенности самооценки детей в дошкольном возрасте**

Согласно исследованиям Г.С. Абрамовой, М.Д. Марцинковской, В.В. Зельковского, М.В. Лаврентьевой, с психолого-педагогической точки зрения, дошкольный возраст является одним из ключевых в жизни ребенка и во многом определяет его будущее психологическое развитие. Это позволило определить структуру составления психологического портрета дошкольника: выявление особенностей познавательной сферы, выявление особенностей развития личности дошкольника, определение особенностей деятельности и общения в дошкольном возрасте [2; 29; 36; 44].

Особенности развития познавательной сферы у детей дошкольного возраста отмечены в работах И.В. Дубровиной, А.В. Петровского. В дошкольном возрасте внимание детей прогрессирует одновременно по многим различным характеристикам. Развитие памяти в дошкольном возрасте также характеризуется постепенным переходом от непроизвольного и непосредственного к произвольному и опосредствованному запоминанию и припоминанию. В дошкольном возрасте у детей запоминание и воспроизведение в естественных условиях развития памяти, т. В дошкольном возрасте при тех же условиях происходит постепенный переход от непроизвольного к произвольному запоминанию и воспроизведению материала. У большинства нормально развивающихся детей дошкольного возраста неплохо развиты непосредственная и механическая память. При помощи механических повторений информации дети в дошкольном возрасте могут неплохо ее запоминать [62; 65].

Как отмечают Д.Б. Эльконин, А.Л. Венгер, в дошкольном возрасте, когда появляется произвольность в запоминании, воображение из репродуктивного, механически воспроизводящего действительность превращается в творчески ее преобразующее. Словесно-логическое мышление ребенка, которое начинает развиваться в конце дошкольного возраста, предполагает уже умение оперировать словами и понимать логику рассуждений. Н.Н. Поддьяков специально изучал, как идет у детей дошкольного возраста формирование внутреннего плана действий, характерных для логического мышления, и выделил шесть этапов развития этого процесса от младшего до старшего дошкольного возраста [61].

В.С. Мухина выделила особенности поэтапного развития различных видов деятельности детей старшего дошкольного возраста. В старшем дошкольном возрасте можно встретить практически все виды игр, которые обнаруживаются у детей до поступления в школу. Определенные этапы

последовательного совершенствования игр, труда и учения детей в этом возрасте можно проследить, условно разделив в аналитических целях дошкольное детство на три периода: младший дошкольный возраст (3 - 4 года), средний дошкольный возраст (4 - 5 лет) и старший дошкольный возраст (5 - 6 лет) [57].

В среднем и старшем дошкольном возрасте сюжетно-ролевые игры развиваются, однако в это время они отличаются уже гораздо большим разнообразием тематики, ролей, игровых действий, вводимых и реализуемых в игре правил, чем в младшем дошкольном возрасте. В старшем дошкольном возрасте конструкторская игра начинает превращаться в трудовую деятельность, в ходе которой ребенок конструирует, создает, строит что-то полезное, нужное в быту [57].

На основании данного психологического портрета дошкольника от рождения к концу старшего дошкольного возраста он обладает определенными чертами, которые являются основными характеристиками данного возрастного этапа и формируют условия перехода на следующую ступень развития ребенка. В исследованиях Л.Ф. Обуховой отмечается, что познавательная сфера ребенка старшего дошкольного возраста характеризуется переходом к произвольности всех процессов, от восприятия до мышления. Детский интеллект уже в старшем дошкольном возрасте функционирует на основе принципа системности. К концу старшего дошкольного возраста прошел основной этап осознания ребенком своей гендерной идентичности [57].

В заключение рассмотрения психологического портрета дошкольника, надо отметить, что составление схематичного портрета обуславливается индивидуальной обусловленностью развития каждого ребенка. Можно привести ряд психологических характеристик старших дошкольников, но все они будут описывать конкретного индивида и характеризовать определенные личностные качества ребенка. Однако, данная характеристика тенденций общего развития дошкольника, вплоть до старшего дошкольного возраста позволила определить уровень развития каждого из познавательных процессов, которого достигает старший дошкольник в своем развитии.

На взгляд Н.И. Непомнящей, поэтапность развития познавательной и поведенческой сфер дошкольника позволил проследить переход от одних видов к другим и уровень, на котором находится старший дошкольник в своем развитии. Учет характерологических черт и типичных психологических портретов личности старшего дошкольника позволяет

определить зону ближайшего развития ребенка и его готовность к обучению в школе [56].

Развитие дисциплинированности, организованности и других качеств, помогающих дошкольнику управлять своим поведением, по мнению А.К. Марковой, в большой мере зависит от степени его восприимчивости к требованиям взрослого как носителя социальных норм поведения. Среди факторов, обуславливающих развитие этого рода восприимчивости, важное место занимает характер взаимоотношений ребенка и взрослого, овладение содержанием требований взрослых посредством «словесных инструкций, знаковых средств» [53].

Таким образом, в исследованиях Л.Ф. Обуховой отмечается, что познавательная сфера ребенка старшего дошкольного возраста характеризуется переходом к произвольности всех процессов, от восприятия до мышления. К концу старшего дошкольного возраста прошел основной этап осознания ребенком своей гендерной идентичности. Развитие дисциплинированности, организованности и других качеств, помогающих дошкольнику управлять своим поведением, по мнению А.К. Марковой, в большой мере зависит от степени его восприимчивости к требованиям взрослого как носителя социальных норм поведения. Среди факторов, обуславливающих развитие этого рода восприимчивости, важное место занимает характер взаимоотношений ребенка и взрослого.

По мнению М.И. Лисиной, самооценка представляет собой сложно-структурированное образование, оказывающее существенное влияние на формирование личности, её деятельность, общение, психическое здоровье [47]. Л.И. Божович рассматривают самооценку как психологическое новообразование дошкольного возраста, важное звено мотивационно - потребностной сферы личности ребёнка [18].

В.Сатир ставила самооценку на первое место среди факторов, определяющих успехи и неудачи в воспитании детей и развитии личности. Под самооценкой она понимала способность (или, наоборот, неспособность - авт.) человека честно с любовью и по достоинству оценить себя [75].

Решающее значение в генезисе самооценки на первых этапах становления личности (конец раннего, начало дошкольного периода) имеет общение ребенка со взрослыми. Вследствие отсутствия (ограниченности) адекватного знания своих возможностей ребенок первоначально на веру принимает его оценку, отношение и оценивает себя как бы через призму взрослых, целиком



ориентируется на мнение воспитывающих его людей. Элементы самостоятельного представления о себе начинают формироваться несколько позже. Впервые проявляются они, как показывают исследования Б.Г. Ананьева и др., материалы дневников, в оценке не личностных, моральных качеств, а предметных и внешних («А у меня есть самолет», «А зато у меня есть вот что» и т. п.). В этом проявляется неустойчивость представлений о другом и о себе вне ситуации узнавания, сохраняющиеся элементы неотделенности действий от предмета [11].

Существенным сдвигом в развитии личности дошкольника является переход от предметной оценки другого человека к оценке его личностных свойств и внутренних состояний самого себя. Согласно исследованиям Э.И. Суверовой, во всех возрастных группах дети обнаруживают способность объективнее оценивать других, нежели самих себя. Но здесь наблюдаются определенные возрастные изменения. Редко от старшего дошкольника на вопрос «Кто у вас самый хороший?» мы услышим «Я самый хороший», так характерное для самых маленьких. Но это не означает, что детская самооценка собственной личности теперь низкая. Дети уже стали «большими» и знают, что хвастать некрасиво, нехорошо. Совсем необязательно прямо заявлять о своем превосходстве. В старших группах можно заметить детей, которые оценивают себя с положительной стороны косвенным путем. На вопрос «Какая ты: хорошая или плохая?» они обычно отвечают так: «Я не знаю... Я тоже слушаюсь», «Я тоже умею считать до 100», «Я всегда помогаю дежурным», «Я тоже никогда не обижаю детей, делюсь конфетами» и т.п. [84].

Как отмечает Е.А. Маслова, в дошкольном возрасте оценка и самооценка носят эмоциональный характер. Из окружающих взрослых наиболее яркую положительную оценку получают те из них, к которым ребенок испытывает любовь, доверие, привязанность. Старшие дошкольники чаще подвергают оценке внутренний мир окружающих взрослых, дают им более глубокую и дифференцированную оценку, нежели дети среднего и младшего дошкольного возраста [55].

По мнению Е.Н. Васиной, сравнение самооценки дошкольника в разных видах деятельности показывает неодинаковую степень ее объективности («переоценка», «адекватная оценка», «недооценка»). Правильность детской самооценки в значительной мере определяется спецификой деятельности, наглядностью ее результатов, знанием своих умений и опытом их оценки, степенью усвоения истинных критериев оценки в данной области, уровнем

притязания ребенка в той или иной деятельности. Так детям легче дать адекватную самооценку выполненного им рисунка на конкретную тему, нежели верно оценить свое положение в системе личных отношений [24].

М.В. Лаврентьевой установлено, что статус, положение ребенка в группе также влияет на самооценку дошкольника. Так, например, тенденцию к переоценке чаще обнаруживают «непопулярные» дети, чей авторитет в группе невысок; недооценку - «популярные», эмоциональное самочувствие которых достаточно хорошее [44].

Самооценка детей дошкольного возраста по-разному проявляется в зависимости от их отношения к деятельности. Наиболее благоприятными, как показали исследования В.А. Горбачевой, Р.Б. Стеркиной, для формирования динамической самооценки у старших дошкольников являются такие виды деятельности, которые связаны с четкой установкой на результат и где этот результат выступает в форме, доступной самостоятельной оценке ребенка (например, игры с бросанием стрелы в цель, игра в мяч и в классики). В этом случае дети руководствуются мотивом повышения самооценки, в то время как при выполнении деятельности продуктивного характера (например, вырезание из бумаги), связанной с необходимостью осуществления достаточно тонких операций, не вызывающих яркого эмоционального отношения, мотивы самооценки отступают на задний план, а первостепенное значение для детей приобретает интерес к самому процессу деятельности. Точность и объективность оценки и самооценки дошкольников растут по мере овладения детьми правилами игры, приобретения личного опыта [57].

Н. Авдеева полагает, что к концу дошкольного возраста самооценка ребенка, его оценочные суждения об окружающих постепенно становятся все более полными, глубокими, детализированными, развернутыми. Эти изменения объясняются в значительной степени появлением (увеличением) интереса старших дошкольников к внутреннему миру людей, переходом их к личностному общению, усвоением значимых критериев оценочной деятельности, развитием мышления и речи. В самооценке дошкольника находят отражение развивающиеся у него чувства гордости и стыда [3].

Развитие самосознания, на взгляд Л.И. Божович, находится в тесной связи с формированием познавательной и мотивационной сферы ребенка. На основе их развития в конце дошкольного периода появляется важное новообразование - ребенок оказывается способным в особой форме сознавать и самого себя и то положение, которое он в данное время занимает, т. е. у

ребенка появляется «осознание своего социального «я» и возникновение на этой основе внутренней позиции». Данный сдвиг в развитии самооценки имеет важную роль в психологической готовности дошкольника к обучению в школе, в переходе к следующей возрастной ступени. Возрастает к концу дошкольного периода и самостоятельность, критичность детской оценки и самооценки [18].

М.И. Лисина разделяет самооценку на: высокую, низкую, завышенную, заниженную. М.И. Лисина подчёркивает, что человек, обладающий позитивной самооценкой, обобщенно ощущает себя хорошим и, как следствие, - верит в свою успешность. Его цели обширны, планки высоки, планы масштабны. Средства соответствуют целям: ответственность не пугает, предпринятые усилия оправдываются наградой, а вера в успех позволяет не обращать внимания на временные неудачи и ошибки. Малая самокритичность и некоторая невнимательность к другим людям - одно из следствий оптимизма и инициативности. Ребенку с высокой самооценкой проще существовать в коллективе. Он не боится показаться смешным или сделать глупость - поэтому готов придумывать: как решить задачу, где прогулять урок, во что поиграть на перемене. Он не слишком критично относится к своим действиям, поэтому осуществляет их - много и разных. Ему легче учиться: он уверен в собственных силах, поэтому задачи вызывают азарт и любопытство если они сложные, и скуку - если простые или глупые. Но даже самые трудные не вызовут у него страх или тревогу. Когда планка для достижений высока, а уверенность в успехе велика, значит, человек оценивает себя в целом позитивно. Следствие - активность, продуктивность, авторское отношение к происходящему [47].

По мнению Л.А. Венгер, В.С. Мухиной, адекватная самооценка, когда человек в целом принимает себя и свой образ, но при этом не идеализирует себя и видит свои отрицательные черты, чрезвычайно важна для нормального развития ребенка. Для детей с завышенной самооценкой характерна ситуация, когда свой образ, который выстроил ребенок, не совпадает с представлениями о нем других людей. Такое несовпадение препятствует контактам и является причиной агрессивного поведения, конфликтности, тревожности, нарушений общения [57].

По мнению М.И. Лисиной, ребенок с низкой самооценкой узнается по угрюмости, застенчивости, отсутствию жизнерадостности. Он думает, что с ним скучно играть - и действительно становится скучно, потому что он запрещает себе полностью увлечься. Но из-за того, что он очень скучает по

общению, другие дети легко могут приучить его играть роли, которые им самим не нравятся - невыигрышные, скучные, исполнительские. Если такой ребенок решается на какой-нибудь поступок (придумать новый сюжет, ударить обидчика, дать списать задание или самому списать - неважно), очень вероятно, что потом он будет переживать, стыдиться своего промаха или стесняться своего выигрыша, скрывать свою причастность, убегая от ответственности [47].

Ряд авторов (А.И. Силвестру, М.И. Лисина) считают, что завышенная самооценка - результат многочисленных «поглаживаний», поощрений, лишенных органичности и, возможно, являющихся манипуляцией со стороны родителей. Например, ребенку не отказывают ни в чем материальном, однако и не участвуют эмоционально в его судьбе, не оценивают его поведение, не воспитывают. Он вырастает с ощущением, что все жизненные блага ему даны от природы, однако они никак не связаны с тем, каков он на самом деле. Он знает, что он абстрактно хороший ребенок. А вот за что можно хвалить - он не знает, и плохо отличает свои достижения от чужих [47].

Как отмечает В.В. Столин, неадекватная самооценка, не осознаваемая, поэтому не поддающаяся изменению, у многих людей вызывает сложности в общении, мешает адаптироваться к работе, препятствует самоактуализации. Заниженная самооценка характеризуется полным отсутствием веры в собственный успех вплоть до отказа что-то предпринимать, это доведенная до автоматизма беспомощность [83].

Л.А. Венгер, В.С. Мухина считают, что для детей с неадекватно заниженной самооценкой характерны тревожность, неуверенность в себе, стремление расположить к себе собеседника, понравиться ему [57].

По мнению Е.Т. Соколовой, самооценка проявляется не столько в том, что человек думает или говорит о себе, сколько в его отношении к достижениям других. С помощью самооценки происходит регуляция поведения ребёнка. Именно деятельность и общение дают ему некоторые важные ориентиры для поведения [80].

Считая самооценку наиболее сложным продуктом сознательной деятельности ребенка, Б.Г.Ананьев отмечал, что ее исходные формы являются прямым отражением оценок взрослых, а подлинная самооценка появляется тогда, когда она наполняется новым содержанием, благодаря "личному участию" в ее производстве самого ребенка [11].

Развитие у ребенка способности оценивать себя психологи соотносят с такими феноменами, как самовыделение и принятия себя в расчет (В.В. Столин); с возникновением этических инстанций, обуславливающих произвольность поведения (Л.И. Божович); с появлением представлений о своих возможностях (Х. Хекхаузен). По мере интеллектуального развития ребенка преодолевается прямое принятие оценок взрослых, начинается процесс опосредствования их собственным знанием себя. Старшие дошкольники, в основном, верно осознают свои достоинства и недостатки, учитывают отношение к ним со стороны окружающих. Это имеет огромное значение для дальнейшего развития личности, сознательного усвоения норм поведения, следования положительным образцам [18; 83].

Системообразующим ядром индивидуальности является самооценка личности, которая во многом определяет жизненные позиции человека, уровень его притязаний, всю систему оценок. Самооценка влияет на формирование стиля поведения и жизнедеятельность человека. Самооценка во многом обуславливает динамику и направленность развития субъекта.

Согласно исследованиям С.Г. Якобсон, Г.И. Моревой, с возрастом ребенок овладевает более совершенными способами оценивания, его знания о себе расширяются и углубляются, интегрируются, становятся более осознанными, усиливается их побудительно-мотивационная роль; эмоционально-ценностное отношение к себе также дифференцируется, становится избирательным и приобретает стабильность. К концу дошкольного возраста соотношение эмоционального и когнитивного компонентов несколько гармонизируется. Создаются благоприятные условия для развития когнитивного компонента самооценки, для интеллектуализации отношения ребенка к себе, преодоления прямого воздействия на его самооценку со стороны взрослых [95].

Исследования А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурии, Д.Б. Эльконина и других показали, что психическое развитие ребенка определяется его эмоциональным контактом и особенностями сотрудничества с родителями. На детско-родительских отношениях сказывается тип семьи, позиция, которую занимают взрослые, стили отношений и та роль, которую они отводят ребенку в семье. Под влиянием типа родительских отношений формируется личность ребенка [18; 29].

По мнению исследователей (И.М. Балинский, А.И. Захаров, И.А. Сихорский), родительские отношения могут выступать в качестве положительного или отрицательного фактора влияния на самооценку ребёнка. При этом

взаимоотношения в семье могут иметь разноплановый характер, а использование неэффективного типа родительского отношения ведет к возникновению неадекватной самооценки у ребенка [38; 46].

Д.В. Зайцевым были выделены четыре родительские установки и соответствующие им типы поведения: «принятие и любовь», «явное отвержение», «излишняя требовательность», «чрезмерная опека», а также была прослежена определенная зависимость между поведением родителей и поведением детей. Так, например, «принятие и любовь» порождают в ребенке чувство безопасности и способствуют нормальному развитию личности, в то время как «явное отвержение» ведет к агрессивности и эмоциональному недоразвитию [34].

Н.Т. Колесник изучала влияние семейного воспитания на социальную адаптированность детей, проявляющуюся в различной степени выраженности у них самооценки, социометрического статуса, уровня общения и эмоционального благополучия. Ею были выделены типы поведения детей, по-разному адаптированных к окружающему миру [40]:

. Адаптированный тип - ребёнку важно адекватно воспринимать предъявляемые требования, ярко выражена мотивация в достижении успеха, у него разносторонние интересы, не ограниченные программным материалом дошкольного учреждения. Такие дети легко вступают в контакт, имеют завышенную адекватную или среднюю адекватную самооценку, занимают благоприятный статус в группе сверстников, умеют разрешать конфликты и избегать их.

. Частично адаптированный тип - в общении испытывает затруднения, предпочитает знакомое общество или игры в одиночестве.

. Неадаптированный тип - испытывают затруднения в самостоятельной работе, резко реагируют на внешние раздражители, проявляют неконструктивные реакции поведения. В группе сверстников являются «отверженными». Значимым элементом психолого-педагогического опыта ребёнка выступает его самосознание. Социальный опыт будет присвоен им только по мере осознания себя в качестве члена общества, носителя общественно значимой позиции. Дошкольник учится смотреть на себя со стороны, оценивать свои действия, поступки, соотносить свои возможности с той социальной ролью, с тем типом поведения, который ему «предписывает» жизнь. Н.Т. Колесник выделяет следующие типы самооценки [40]:

заниженная адекватная - неадекватная, средняя адекватная - неадекватная, завышенная адекватная - неадекватная.

Причём, у детей 4-5 лет преобладает завышенная оценка своих качеств, благодаря которой они чувствуют большую уверенность, активны, инициативны в общении. К 6-7 годам, в связи с овладением новых более значимых видов деятельности, самооценка приближается к адекватной, либо резко снижается. Дети могут говорить о том, что о них думают другие, что от них хотят взрослые, могут ли они это сделать [40].

М.И. Лисина проследила развитие и формирование самооценки дошкольника под влиянием детско-родительских отношений. М.И. Лисина отмечает, что дети с точным представлением о себе имеют высокую самооценку, воспитываются в семьях, где родители применяют демократический стиль воспитания, уделяя детям, достаточно много времени, положительно оценивая их физические и умственные данные, но, не считая уровень их развития выше, чем у большинства сверстников. Таких детей часто поощряют, но не подарками. Наказывают, в основном, отказом от общения. Дети с заниженным же представлением о себе (заниженная самооценка) растут в семьях, в которых присутствует авторитарный, либеральный или же хаотический стиль воспитания. С ними не занимаются, но требуют послушания (особенно авторитарный тип воспитания). Низко оценивают, часто упрекают, наказывают, иногда - при посторонних. Не ожидают от них успехов и достижений в дальнейшей жизни [47].

По мнению Карабановой О.А., детско - родительские отношения влияют на формирование адекватной самооценки ребенка, если взрослый применяет по отношению к ребёнку демократический стиль воспитания, т.е. [33]:

Всегда находит время, чтобы поговорить с ребенком;

Интересуется проблемами ребенка, вникает во все возникающие в его жизни сложности и помогает развивать свои умения и таланты;

Не оказывает на ребенка никакого нажима, помогая ему тем самым самостоятельно принимать решения;

Имеет представление о различных этапах в жизни ребенка;

Уважает право ребенка на собственное мнение;

Умеет сдерживать собственнические инстинкты и относится к ребенку как к равноправному партнеру, который просто пока что обладает меньшим жизненным опытом.

По мнению Г. Крайга, при авторитетном стиле существует уровень контроля, когда родители признают и поощряют растущую автономию своих детей, теплые отношения (родители открыты для общения, допускают изменения своих требований). Дети у таких родителей социально адаптированы, уверены в себе, способны к самоконтролю, обладают адекватной высокой самооценкой [43].

На взгляд Г. Крайга, при авторитарном стиле детско-родительских отношений, который характеризуется высоким контролем, создаются условия для формирования неадекватно низкой (заниженной) самооценки. Дети - замкнуты, боязливы и угрюмы, непритязательны и раздражительны. Девочки в большинстве своем - пассивны и зависимы, мальчики - неуправляемы и агрессивны [43].

Г. Крайг считает, что неадекватно завышенная самооценка формируется под влиянием детско - родительских отношений, где доминирует либеральный стиль, который предполагает низкий уровень контроля и теплые отношения. Дети склонны к непослушанию и агрессивности, ведут себя неадекватно, нетребовательны к себе [43].

По мнению Г.А. Урунтаевой, основной путь влияния взрослых на развитие самооценки детей - организация усвоения моральных норм. Эти нормы усваиваются ребенком под влиянием образцов и правил поведения. Образцами поведения для детей служат сами взрослые - их поступки, взаимоотношения. Ребенок склонен им подражать, перенимать их манеры, заимствовать у них оценку людей, событий, вещей. Ребенок дошкольного возраста знакомится с жизнью взрослых наблюдая их труд, слушая рассказы, стихи, сказки. Предъявляя детям требования и оценивая их поступки, взрослые добиваются от детей выполнения правил. Постепенно и сами дети начинают оценивать свои поступки [88].

По мнению Л.И. Божович, авторитарные родители имеют детей, у которых занижена самооценка, они недовольны собой. Взрослые постоянно порицают ребенка или ставят перед ним завышенные задачи. Ребенок чувствует, что он не соответствует требованиям родителей. Неадекватность также может проявляться с завышенной самооценкой. Это происходит в семье, где ребенка часто хвалят, и за мелочи и достижения дарят подарки (ребенок



привыкает к материальному вознаграждению). Ребенка наказывают очень редко, система требования очень мягкая. Обычно это семьи с либеральным стилем воспитания [18].

М.И. Лисина отмечает, что обозначая словом то или иное индивидуальное качество ребенка, окружающие тем самым относят его к той или иной категории людей. Если мама говорит дочери: "Ты красивая девочка", - тем самым она как бы имеет в виду, что дочь относится к определенной группе девочек, обладающих набором привлекательных характеристик. Словесное обозначение индивидуальных особенностей ребенка обращено, прежде всего, к его сознанию. Осознаваясь ребенком, суждения взрослых становятся его собственными знаниями о себе. Образ себя, внушаемый ребенку взрослыми, может быть как положительным (ребенку говорят о том, что он добрый, умный, способный), так и отрицательным (груб, неумен, неспособен). Негативные оценки взрослых закрепляются в детском сознании, оказывают неблагоприятное влияние на формирование его самооценки [47].

Как полагает Л.Д. Столяренко, педагогическая оценка родителей, играющая важную роль в формировании самооценки ребёнка, должна выполнять ориентирующую и стимулирующую функции, воздействовать не только на ум, но и на чувства дошкольника. Она должна учитывать не только возрастные и индивидуальные особенности ребёнка, возможности его на сегодняшний день, но зоны ближайшего развития, знания той конкретной микросреды, в которую включён ребёнок. У авторитарных родителей дети с низкой самооценкой [83].

На взгляд А.И. Силвестру, М.И. Лисиной, демократические родители в своём воспитании используют такой метод, как поощрение, которое поддерживая и закрепляя конкретное поведение, работает на формирование позитивной оценки себя. Наказания и игнорирование применяют авторитарные и либеральные родители соответственно, что направлено на формирование неадекватной самооценки [47].

А.И. Силвестру, М.И. Лисиной отмечается, что помимо действий важны слова. То, что говорят родители, проецируя свои ожидания или надежды на ребенка, также сохраняется в детской памяти. Слова взрослых могут стать "путеводителем по жизни" в одном случае или "вредными советами", где все нужно делать строго, наоборот, в другом: "Ты такой славный, такой же неудачник, как я"; "Ты обязательно станешь зубным врачом, воплотишь мою мечту, ведь мне самому не удалось"; "Главное - рассчитывать только на себя и никогда не расслабляться, тогда добьешься всего, чего захочешь" [47].

По мнению Л.А. Венгера, усвоенные от взрослых оценки становятся собственными оценками ребенка. Ребенок оценивает себя так, как его оценивают окружающие, и прежде всего, родители. Родители и другие взрослые формируют у него определенные личностные ценности, идеалы и эталоны, на которые следует равняться; намечают планы, которые необходимо выполнить; определяют стандарты выполнения тех или иных действий; называют общие и частные цели. Если же родители придерживаются демократии в воспитании, то и цели для своих детей они ставят более реалистичные, которые соответствуют возможностям ребенка и способствуют формированию позитивного образа "Я" и положительной самооценки [74].

В исследованиях А.В. Петровского показано, что детско-родительские отношения оказывают влияние на формирование неадекватно низкой самооценки при безоглядной авторитарности родителей, игнорировании интересов и мнений ребенка, подавлении, принуждении, а, в случае сопротивления ребенка порой еще и эмоциональном или физическом насилии над ним, издевательствах, систематическом лишении его права голоса при решении вопросов, к нему относящихся, - все это, по мнению исследователя, гарантия серьезных неудач формирования его личности, а, следовательно, снижение его самооценки [62].

Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько полагают, что оценочное суждение дошкольника «непрерывно переплетается с оценочными отношениями к нему со стороны товарищей и педагога. Исследования Э.И. Суверовой обнаруживают четкую зависимость осознания качеств и особенностей сверстника от воспитательной работы в группе. Общая тенденция, наблюдаемая при этом, заключается в том, что дети прежде всего осознают те качества и особенности поведения сверстников, которые чаще всего оцениваются окружающими и от которых, следовательно, в большой степени зависит их положение в группе [84].

Эффективность влияния взрослых на формирование самооценки дошкольника определяется в значительной степени уровнем их педагогического мастерства. Исследования психологов (Б.Г. Ананьев, П.Р. Чамата, Н.Е. Анкудинова, В.А. Горбачева, А.И. Сильвестру и др.) показывают, что относительная верность оценки себя и сверстников определяется направлением и стилем воспитательной работы, глубоким знанием педагогом как жизни группы, межличностных отношений в ней, так и индивидуальных особенностей и возможностей каждого ребенка [11; 45].

Важную роль при этом играет владение навыками педагогического общения, умелое использование ориентирующих и стимулирующих (Б.Г. Ананьев) функций педагогической оценки. Положительные результаты в формировании самооценки неуверенных в себе дошкольников достигаются, когда воспитатели идут путем развития возможностей детей, создания для них ситуации успеха, не скупятся на похвалу, проявление эмоциональной поддержки их. Это способствует укреплению уверенности детей в своих силах, самоуважению. В этом убеждают как передовой педагогический опыт, так и специально проведенные исследования [11].

На взгляд Л.И. Уманец, условиями формирования самооценки являются формы оптимизации оценочных отношений детей в игре, в результате осуществления которых: а) обогащается положительный опыт сравнения ребенком под руководством воспитателя своих игровых достижений в различных играх с результатами сверстников; б) развивается умение применять нравственные критерии при оценке и самооценке успешности в выполнении игровых действий и игрового общения; в) актуализируется потребность ребенка в положительной оценке себя сверстниками - партнерами по игре [87].

Экспериментальные данные Л.И. Уманец свидетельствуют о том, самооценка, формирующаяся в игровой деятельности, предполагает развитие у ребенка способности оценивать по достоинству партнеров в игре, умело согласовывать с ними свои действия, не нарушая при этом правил, быть доброжелательным, оказывать нужную помощь, считаться с мнением других, не ущемлять их прав. Чтобы это нравственное поведение было свойственно старшим дошкольникам необходимо: во-первых, вооружить их системой критериев, по которым оценивается тот или иной участник игры; во-вторых научить оперировать этими критериями, т.е. самостоятельно применять их по отношению к себе и другим. Для решения этих задач воспитатель должен умело использовать психологический механизм воздействия игровой группы на личность отдельного ребенка [87].

Как полагает В. Абраменкова, развитие в процессе дошкольного воспитания правил коллективных поведений детей и привычек этого поведения вырабатывает у них сознание необходимости действовать сообразно этим правилам, оценку собственного поведения с точки зрения поведения должного, основанного на мнении коллектива. В образовании целенаправленности и планомерности волевых действий дошкольника определяющую роль играет именно это сознание правил поведения, как

регулирующих удовлетворение своих желаний, так и стимулирующих процесс преодоления своего нежелания [1].

Согласно исследованиям Т.П. Авдуловой, в процессе сознательного освоения детьми правил взаимоотношения в коллективной жизни группы формируется и объективная основа оценочных отношений ребенка к самому себе. Относительная адекватность оценочных суждений ребенка о товарищах и самом себе определяется направлением и стилем воспитательной работы, глубоким знанием воспитательницы как внутренней коллективной жизни группы, так и индивидуальных особенностей и возможностей каждого ребенка. Эта адекватность самооценки определяется и характером игровой деятельности ребенка, осознанием объективных компонентов этой деятельности, особенно ее результатов. Оценочное суждение ребенка о самом себе непрерывно переплетается с оценочными отношениями к нему со стороны товарищей и особенно воспитательницы [7].

Результаты исследования О.А. Белобрыкиной позволяют сделать вывод о том, что социально значимое окружение ребенка не в полной мере обеспечивает удовлетворение потребностей, имеющих значение в становлении адекватной самооценки в дошкольный период детства. Так, в частности, оценочная система, существующая в ближайшем окружении ребенка, не отвечает психологопедагогическим требованиям: во-первых, не учитывает индивидуальных и возрастных различий потребности ребенка в получении внешней оценки; во-вторых, не соответствует смыслу и значимости педагогической оценки, призванной обеспечивать адекватное развитие разнообразных сфер личности ребенка [15].

Специфика развития самосознания в дошкольном возрасте характеризуется наличием следующей тенденции. Здесь позиция близости реального и идеального Я является наиболее благоприятной (Л.И. Божович, Р. Бернс, М.И. Лисина, А.И. Сильвестру, Е.Е. Кравцова, Т.А. Репина), ибо служит пусковым механизмом актуализации одной из важнейших потребностей личности - потребности в саморазвитии, самосовершенствовании, которая, собственно, и составляет базис целеполагания. Таким образом, наличие у ребенка "позиции близости двух Я" свидетельствует о его самотождественности, т.е. о его уверенности в себе, уверенности в том, что он хороший, любимый. Самотождественность, по Э. Эриксону, и есть тот потенциал, благодаря которому осуществляется возможность реализации потребности в саморазвитии [47; 77; 94].

Как отмечают О.А. Белобрыкина, В. Мамаева, Е.В. Прима, Н.И. Сарджвеладзе, в генезисе отношения к себе особую роль играет возникновение и развитие позиции децентрации, рассматриваемой как способность "посмотреть на себя и на ситуацию с разных точек зрения, абстрагируясь от несущественного". Способность к децентрации является предпосылкой развития рефлексии в дошкольном детстве. Одним из основных условий, необходимых для становления у ребенка элементарных форм рефлексии, признается общение. В социально-психологическом контексте рефлексия понимается как осознание индивидом того, как он воспринимается партнером по общению [15; 51; 66; 74].

Известно, что у дошкольника потребность во внешней оценке чрезвычайно велика, но она не всегда в полной мере удовлетворяется. Ребенок, по мнению Л.И. Божович, стремится стать именно таким, каким его видит взрослый. Следовательно, одним из аспектов понимания тенденции развития и возможного прогнозирования динамических изменений в самосознании, в том числе в развитии общей и частной самооценки ребенка, может служить изучение отношения к нему со стороны социальной среды, которая во многом определяет направление этого развития через переживание среды самим ребенком. Исследования О.А. Белобрыкиной свидетельствуют, что направленность самооценки ребенка опосредствована ее соотношением с реально существующим положением ребенка, сложившимся в его социальном окружении [15].

Таким образом, согласно исследованиям С.Г. Якобсон, Г.И. Моревой, к концу дошкольного возраста соотношение эмоционального и когнитивного компонентов самооценки гармонизируется, создаются благоприятные условия для интеллектуализации отношения ребенка к себе, преодоления прямого воздействия на его самооценку со стороны взрослых. Самооценка влияет на формирование стиля поведения и жизнедеятельность человека. По мнению Карабановой О.А., детско-родительские отношения влияют на формирование адекватной самооценки ребенка, если взрослый применяет по отношению к ребёнку демократический стиль воспитания. Как отмечают Т.П. Авдулова, О.А. Белобрыкина, В. Мамаева, Е.В. Прима, Н.И. Сарджвеладзе, Л.И. Божович, направленность самооценки ребенка опосредствована ее соотношением с реально существующим положением ребенка (оценкой), сложившимся в его социальном окружении.

### **3 Методы изучения самооценки у детей дошкольного возраста и анализ результатов исследования**

Цель констатирующего эксперимента - определить уровень самооценки детей дошкольного возраста.

На этапе констатирующего эксперимента нами были обследованы 16 детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет).

Методика «Лесенка» С. Л. Дембо-Рубинштейн использовалась для изучения уровня самооценки детей 6-7 лет [27]. Стимульный материал теста «Лесенка»: рисунок лестницы, состоящий из десяти ступенек. Посередине располагают фигуру ребенка. Для удобства может быть вырезана из бумаги фигурка мальчика или девочки, которую можно ставить на лесенку в зависимости от пола тестируемого ребенка. Обследование проводилось индивидуально с каждым ребенком.

Ребенку дают листок с нарисованной на нем лестницей и объясняют значение ступенек. Важно проследить, правильно ли понял ребенок ваше объяснение, в случае необходимости следует повторить его. После этого задают вопросы, ответы записывают.

При анализе результатов обращают внимание, на какую ступеньку ребенок сам себя поставил. Считается нормой, если дети этого возраста ставят себя на ступеньку «очень хорошие» и даже «самые хорошие» дети. В любом случае это должны быть верхние ступеньки, так как положение на любой из нижних ступенек (а уж тем более на самой нижней) говорит не об адекватной оценке, а об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах. На основе подсчета среднего балла по всем категориям (1.здоровье; 2. сила; 3.счастье; 4. ум; 5.доброта; 6.смелость; 7.ложь; 8.полушание; 9.красота) определялись уровни самооценки: заниженная (1-3 балла), адекватная (4-6 баллов), завышенная самооценка (7-10 баллов).

. Методика «Рисунок человека» (Карен Махвер). Данная методика является проективной методикой изучения личности детей старшего дошкольного возраста. Ребенку предлагается на листе бумаги формата А4, нарисовать человека простым карандашом, средней мягкости. При рисовании с детьми дошкольного возраста лучше уточнить задание: объяснить малышу, что нарисовать надо именно человека, а не сказочного или мультяшного героя. Когда малыш закончит, необходимо спросить у него, что это за человек добрый или злой, где он живет, чем занимается. Данная методика основана на изучении самооценки и общего эмоционального отношения к себе детей старшего дошкольного возраста. Оценивается рисунок по следующим пунктам:

Обратить внимание с чего ребенок начал рисовать фигурку? Если с головы, у ребенка, скорее всего, нормальное мироощущение, а вот если с ног, то, скорее всего, в нем затаилась тревога.

Если у человечка маленькая головка, значит, автор рисунка находится в состоянии неудовлетворенности, у него занижена самооценка. Ведь голова расценивается как сфера интеллекта, а также волевого управления различными побуждениями. Уже маленький ребенок считает голову очень важной частью человека, он чувствует, что взрослые люди смышленость, находчивость как-то связывают с головой. Нечеткое изображение головы - это тоже показатель неуверенности в своих силах, робости.

Обратить внимание на расположение рисунка. Рисунок может быть размещен в разных частях листа. Если высоко от центра, то у ребенка высокая самооценка, и вместе с тем он недоволен своим положением, ему не хватает признания со стороны близких людей. Если же рисунок расположен в нижней части листа, то у ребенка заниженная самооценка. Смещение фигурки влево указывает на пассивность, страх перед будущим, вправо - на активность, оптимизм. Если рисунок расположен по центру, то самооценка ребенка адекватна действительности.

Детали рисунка: квадратное или угловатое туловище свидетельствует о стремлении к мужественности, укреплению воли, слишком маленькое говорит об униженности, подавленности. Чрезмерно широкие плечи человечка на рисунке указывают на ощущение силы автора, угловатые плечи - на осторожность, повышенную тревожность. Покатые плечи чаще всего отражают пониженный жизненный тонус, иногда чувство вины рисующего.

Руки дети начинают рисовать очень рано, сначала в виде палочек или сосисок. Позднее на рисунках появляется кисть руки, иногда в виде варежки, иногда с пальцами. Если пальцев больше чем пять, то ребенок чувствует себя сильным, уверенным, если меньше - то более слабым, чем окружающие. Слишком длинные руки, означают амбициозные стремления, очень короткие руки - неуверенность в себе, ограниченность стремлений. Руки характеризуют сферу общения, поэтому, спрятанные за спину или в карманах, они свидетельствуют о трудностях в этой сфере. Если руки как бы висят по бокам - это означает страх перед кем-то или чем-то и пассивность. Широкий размах рук - решительное побуждение к действию, а когда пальцы при этом сжаты в кулак - протест.

Следует обратить внимание на соответствие ног всей нарисованной фигурке. Тонкие ноги при нормальной фигуре означают неумение ребенка сопротивляться трудностям, неуверенность. Чем больше на рисунке площадь опоры у ног - тем сильнее у ребенка ощущение защищенности в жизни. Если ноги у человечка непропорционально длинные, то, по всей вероятности, у автора рисунка ярко выраженное стремление к независимости и самостоятельности.

Лицо. Нарисованное в анфас - оно свидетельствует о сосредоточенности ребенка на себе, в профиль - о высоком интеллектуальном уровне. Если фигурка изображена спиной, и вместо лица вы видите затылок, то у ребенка наверняка есть проблема: он стремится уйти от действительности, которая ему неприятна. Полные губы у человечка - признак того, что автор рисунка чувствителен, эмоционален. Открытый и заштрихованный рот указывает на страхи, рот, наподобие клоунского - на противоречивые чувства, четко нарисованные зубы - на агрессивность.

Глаза, закрытые или спрятанные полями шляпы, свидетельствуют о стремлении избежать неприятных визуальных воздействий. Большие расширенные глаза - это выражение тревожности, беспокойства, потребности в защите. Глаза-точечки или щелочки также указывают на душевный дискомфорт ребенка. Если радужная оболочка глаз у человечка заштрихована, а его волосы стоят дыбом, это говорит о страхах ребенка.

Большие уши встречаются на рисунках детей, особенно чувствительных к критике, а также озабоченных проблемами послушания. Маленькие уши или же вообще отсутствие их на рисунке можно расценить как желание не принимать никакой критики.

Если ребенок сильно нажимает на карандаш и рисует человека крупным, располагает по середине листа он уверен в себе и своих силах, потребность в самоутверждении. Маленький рисунок указывает на стремление быть незаметным, на проявление тревожности. Если изображение маленькое и находится в углу рисунка, или еле видное - значит ребенок не уверен в себе, у него заниженная самооценка, и он чувствует свою беспомощность.

Для обработки результатов за основу нами были приняты следующие показатели уровней самооценки и общего эмоционального отношения к себе: от 0 и ниже и до 2 баллов - низкий уровень, заниженная самооценка, при отрицательном результате негативное отношение к себе, возможно, полное неприятие себя; от 3 до 5 баллов - средний, адекватное позитивное



отношение к себе; от 6 и выше баллов - очень высокий уровень, завышенная самооценка.

Результаты диагностики по использованным методикам представлены в приложении 4 (таблица 1).

Нами было выявлено, что особенности проявления самооценки различаются у детей с заниженной, адекватной и высокой самооценкой.

Как показало диагностическое исследование, 68% дошкольников имеют неадекватно заниженную самооценку, что вероятно является следствием их повышенной тревожности. Очевидно, что дети, имеющие неадекватно заниженную самооценку, находятся в постоянном психическом перенапряжении, которое выражается в состоянии напряженного ожидания неприятностей, нарастающей несдерживаемой раздражительности, эмоциональной неустойчивости. Дошкольники с заниженной самооценкой неуверенны в себе, отвечали на вопросы неохотно, смотрели по сторонам, как будто искали поддержки. У детей данной группы отсутствует вера в свои возможности.

Меньшая часть дошкольников - 14% - имеют неадекватно завышенную самооценку. Дошкольники с завышенной самооценкой считают себя лучше всех, все происходящее направлено на доставление радостей именно им, характерна переоценка себя и своих возможностей, самоутверждение за счет чужих достижений, что приводит к неадекватному восприятию себя и окружения.

Дошкольники с адекватной самооценкой (18%) не боятся показаться смешными или сделать глупость. Отвечали на вопросы легко и свободно, рассказывая, почему они поставили себя на эту ступеньку.

Таким образом, проведенное диагностическое обследование позволило выявить особенности проявления самооценки, которые различаются у детей с заниженной, адекватной и высокой самооценкой. В обследованных группах преобладает число детей с заниженной самооценкой. Полученные данные свидетельствуют о необходимости проведения коррекционно-развивающей работы по формированию адекватной самооценки детей дошкольного возраста.

#### **4 Коррекционно-развивающая программа по формированию адекватной самооценки детей дошкольного возраста**

Цель формирующего этапа эксперимента - разработать и апробировать коррекционно-развивающую программу по формированию адекватной самооценки детей дошкольного возраста.

Организуя жизнь детей в детском саду, педагоги-воспитатели сталкиваются с разными характерами, с разным эмоциональным и социальным опытом, полученным детьми в их семьях.

Особенно трудной становится работа воспитателя при появлении в группе детей, с резко выраженными особенностями в поведении: шумливых, крикливых, склонных к ссорам, детей с рассеянным вниманием, заторможенных, пассивных, как бы ничем не интересующихся, ребят, избегающих своих сверстников и совместных с ними дел. Такие случаи не редки в любом детском саду.

Огромное значение для развития личности ребенка имеет эмоционально-психологический климат коллектива, в котором находится ребенок. При благоприятных условиях у детей от 3 до 7 лет во время игры, изобразительной или трудовой деятельности интенсивно развиваются сложные формы восприятия пространства и времени, наглядно-образное мышление, творческого воображения. В эти же годы складываются и взаимоотношения со взрослыми и сверстниками. Если в данном возрасте эти процессы не будут надлежащим образом сформированы, восполнить такой недостаток позднее окажется делом весьма трудным, а подчас и невозможным. Свойственное ребенку переживание радости закрепляется при определенных условиях и превращается в черту характера.

Дезорганизующую роль в жизни и деятельности детей выполняют затянувшиеся отрицательные эмоциональные состояния. Неоспоримым можно считать тот факт, что в результате общения с окружающими людьми, у ребенка складывается образ другого человека и образ самого себя, а следовательно, и самооценка, от того какой (положительной или отрицательной) она будет - зависит какими будут отношения с окружающими, как будет чувствовать себя ребенок в обществе сверстников, как будет реагировать на удачи и промахи. Неуверенный в себе ребенок перестает быть самостоятельным не только в действиях, но и принятии какого-то решения. Боясь ошибиться и сделать что-то не так, малыш может вообще отказываться от той или иной деятельности. Снижается познавательная активность ребенка.

Отношение к себе у ребенка зависит от того, как складываются его взаимоотношения с родителями, и какое место занимает он в этих отношениях. Частое неоправданное заглаживание, подчеркивание мнимых или реальных достоинств ребенка, приводит к тому, что у него формируется завышенный уровень притязаний. Если родители с недоверием относятся к проявлению самостоятельности, к возможностям ребенка, категорически подавляют любое несогласие ребенка с их мнением, то это может привести к стойкому ощущению своей слабости, неполноценности.

·Заниженная самооценка может привести к нарушению поведения ребенка. Проявления негативной самооценки могут быть самые разные: от снижения работоспособности, до проявления агрессии. Негативная самооценка может привести к:

·Развитию нерешительности, застенчивости. Ребенок может избегать ситуаций устного опроса на занятиях, не отвечать на вопрос, хотя знает ответ, может отказываться от ведущих ролей в играх. Такой ребенок часто использует фразы: «не знаю», «у меня не получится».

·Эмоциональной неустойчивости (обидчивости). Малыш обижается при проигрыше в игре, болезненно реагирует на замечания, на повышенный тон голоса, недовольное выражение лица взрослого, часто плачет.

·Страхам. Малыш боится новых людей, новых ситуаций, боится оставаться один, боится выступать на публике один, и т.п.

·Тревожности. Общение у тревожных, неуверенных в себе детей становится избирательным, эмоционально-неровным. Затрудняются контакты с незнакомыми людьми. Нередко у таких детей отмечается двигательное возбуждение, непоследовательность в поступках. Характерна непереносимость ожидания, которая выражается нетерпением. Мышление в состоянии повышенной тревожности становится скованными бесконечными опасениями, сомнениями. Второстепенные детали заслоняют главное, а восприятие лишается целостности и непосредственности. Из-за нарастающей эмоциональной напряженности и боязни показаться смешным, сделать что-то не так, как ожидают, или требуют взрослые, уменьшается познавательная активность. Все новое, неизвестное воспринимается настороженно, с недоверием. Возникают трудности в общении со сверстниками и со взрослыми.

·Конфликтности. Ребенок может сам провоцировать конфликт, отвечать конфликтно на конфликтные действия других.

·Агрессивности. Ощущать себя «неумехой» или «плохим» ребенку очень трудно, поэтому он может вести себя достаточно агрессивно, самоутверждаясь при этом. Ребенок может ломать игрушки, толкать сверстника, мимоходом ударить встречающих, кусаться, плевать, щипать других, говорить обидные слова, когда не слышит взрослый и т.п.

Данная коррекционно-развивающая программа по формированию адекватной самооценки детей дошкольного возраста была направлена на воспитание у детей уважения к себе и к окружающим, терпимого отношения к мнению собеседника или партнера по игре и занятиям. Основная идея опирается на тот факт, что когда человек уверен в себе и находится в "согласии с самим собой" - принимает себя - он принимает и понимает других, а это, в свою очередь, способствует развитию позитивной самооценки, снижению тревожности и благоприятному общению с окружающими. Это практический курс занятий по развитию у детей уверенности в себе, обретению позитивной самооценки и снижению уровня тревожности. Поскольку самооценка дошкольника в значительной степени зависит от оценки сверстников, курс рассчитан на развитие навыков общения и создания благоприятного микроклимата в группе.

Занятия по этой программе убеждают детей в том, что только они сами их собственные мысли, чувства, действия, способность оценить других, понять и выразить себя через общение, являются залогом успеха в жизни и возможности приобрести друзей.

В дошкольном возрасте внимание детей еще не устойчиво, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, поэтому нуждаются в частой смене заданий. Участие детей в той или иной игре должно быть добровольным. Их можно пытаться заинтересовать, увлечь, но ни в коем случае не заставлять.

Отсутствие каких-либо внешних атрибутов - одно из условий проведения игр. Все предметы и события игрового сюжета должны быть воображаемыми, т.е. обозначаться предметами обычного окружения. Например, путешествуя на необитаемый остров, дети преодолевают препятствия: горы, реки (стулья, скамейки и т.п.).

Каждая встреча с детьми начинается с ритуала "встречи", которым является игра "Сигнал", где дети настраиваются на восприятие друг друга. Затем идут игры упражнения на внимание. Объекты внимания самые разнообразные: звуки, голоса, предметы, люди, эмоции и т.д. Например: "Что ты слышишь за

окном; за дверью?"; "Угадай, кто подал голос?"; "Кто к тебе прикоснулся?"; "Кто самый веселый; шумливый; грустный?" и т.п.

Игры на внимание сменяются психогимнастикой, в ходе которой объединяется деятельность психических функций - мышления, эмоций, движений. Например: ребенок представляет, как он ест лимон или конфетку. Эти игровые упражнения доставляют ребенку массу удовольствия, включают в работу фантазию.

Затем идут игры по теме занятия, направленные на приобретение навыков общения, умение видеть и понимать себя, сверстников, и старших, на повышение самооценки и снятию тревожности.

Каждая игра может быть полифункциональна. Это означает, что применяя те или иные игры, можно решать самые разные задачи, причем одна и та же игра, для одного ребенка может быть средством повышения самооценки, для другого оказывать растормаживающий, тонизирующий эффект, для третьего - школой коллективного общения.

Для снятия эмоциональных и физических напряжений, в ходе каждой встречи проводится сеанс релаксации.

Заканчивается каждое занятие так же ритуалом прощания: дети сидят на полу по-турецки. Ведущий говорит, что каждый из присутствующих уникален, очень интересен, отмечает замечательные качества каждого ребенка. Затем благодарит всех детей за доставленную радость общения с ними.

Темы и содержания занятий могут быть изменены либо проведение занятия по очередной теме может быть отложено. Это зависит от эмоционального состояния группы, пришедшей на занятие, качества внимания и поведения детей. Иногда полезнее выслушать и понять проблемы детей, возникшие до занятия или уже во время его. Быть понятым - очень важно для ребенка! Другие дети, слушая обсуждение происходящего, лучше начинают понимать, что произошло, и как они могут помочь, тем самым учатся приходить к пониманию людей, с которыми они должны иметь дело.

Учебно-тематический план с целями по каждой теме и содержанием занятий, методические разработки к занятиям представлены в приложении 1-3.

Ожидаемые результаты: Программа направлена на воспитание у детей уважения к себе и к окружающим, терпимого отношения к мнению собеседника или партнера по игре и занятиям. Основная идея опирается на тот факт, что когда человек уверен в себе и находится в "согласии с самим

собой" - принимает себя - он принимает и понимает других, а это, в свою очередь, способствует развитию позитивной самооценки, снижению тревожности и благоприятному общению с окружающими. Программа "Согласие" помогает понять, что между мыслями, чувствами и поведением существует связь и, что эмоциональные переживания зависят, подчас, не от ситуации, вызвавшей эти переживания, а от того, как к этой ситуации относиться. После проведения занятий по данной программе предполагается, что самооценка у детей будет адекватной.

Рекомендации по формированию адекватной самооценки и правильных представлений о себе у детей старшего дошкольного возраста затрагивают вопросы оптимизации родительско-детских отношений, оптимизации отношений ребенка со сверстниками, расширения и обогащения индивидуального опыта ребенка, развития способности анализировать свои переживания и результаты своих действий и поступков. Оценочные воздействия взрослого влияют на становление самостоятельности и самооценки ребенка. Для достижения более адекватной самооценки родителям и педагогам необходимо знать, что доброжелательное отношение к ребенку, создание фона заботливости и внимания, обращения к нему по имени, похвала его действий, предоставление возможности проявить инициативу и поддержание ее способствуют формированию активности и адекватной самооценки.

Начали своё первое занятие с родителями лекцией на тему «Самооценка и её развитие». Далее были проиграны жизненные ситуации, отражающие детско-родительские отношения. Родители увидели себя «со стороны».

Первая половина второго занятия состояла из лекции о влиянии родительского отношения на самооценку ребёнка. Затем были предложены игры, проигрывание которых на занятии, а затем и дома с детьми, влекло за собой улучшение детско - родительских отношений, и, следовательно, становление адекватной самооценки у ребёнка. В заключении занятия были даны памятки - рекомендации родителям по оптимизации детско - родительских отношений.

Мы играли с детьми, используя жизненные ситуации и вне занятий. Дети приходили в группу с уже готовой ситуацией, которую проговаривали и решали на месте. Ребятишки с завышенной самооценкой уже играли и дружили с ребятишками с заниженной самооценкой.

Чтобы почувствовать себя в роли лидера, детям с неадекватной низкой самооценкой была предложена игра «Жмурки». С детьми мы играли в «Жмурки» с завязанными глазами. Когда «Жмуркой» бывали дети с низкой самооценкой, они важно выхаживали, ища убегающих, и звонко смеялись, когда ловили кого -нибудь. Главное, чтобы ребенок успешно справлялся с заданиями и учился достойно проигрывать.

Дети с завышенной самооценкой в ходе игр меняли своё поведение на адекватное. А ребята с низкой самооценкой были рады, что их заметили, и старались выполнять все замечания ведущего. Мы старались, чтобы дети с неадекватной завышенной самооценкой учились уступать товарищам по игре и по - доброму относиться к ним. А дети с неадекватной низкой самооценкой почувствовали себя нужными, важными и значимыми.

Таким образом, нами была разработана и апробирована коррекционно-развивающая программа по формированию адекватной самооценки детей дошкольного возраста. В ходе практической деятельности происходила реализация следующих задач: знакомить детей с особенностями и возможностями человеческого общения; развивать способности к произвольной психической саморегуляции и самоконтролю, возможности управлять своими эмоциями, действиями; помочь детям приобрести навыки и умения, необходимые для адекватного поведения в обществе. Материал программы рассчитан на 25 занятий. Занятия проводятся один раз в неделю по 20-30 минут. Основные методы, используемые при проведении занятий: наблюдения, рассматривание рисунков и фотографий, свободное и тематическое рисование, упражнения (подражательно-исполнительного и творческого характера), этюды на выражение отдельных качеств характера и эмоций, импровизации, игры: сюжетно-ролевые, словесные, подвижные, игры с правилами; сочинение историй; чтение художественных произведений, беседы.

## **5 Оценка эффективности проведенных мероприятий**

Цель контрольного этапа экспериментального исследования состояла в исследовании коррекционного воздействия на уровень самооценки у дошкольников.

Нами была проведена контрольная диагностика по методикам: методика «Лесенка» С.Л. Дембо-Рубинштейн; методика «Рисунок человека» (Карен Маховер). Количественный анализ позволил представить следующие результаты (см. приложение 3, таблицу 2).

Проведенная психологическая коррекция позволила повлиять на уровень самооценки (его адекватность) у дошкольников. Так 31% дошкольников имеют неадекватно заниженную самооценку. 13% дошкольников имеют неадекватно завышенную самооценку

У всех детей произошли позитивные изменения в развитии эмоциональной сферы и сферы общения. Полученные результаты позволили сделать следующие выводы:

- . Уровень адекватной самооценки повысился на 36%.
- . В рисунках детей преобладают позитивные цвета и тематика; нет или присутствует незначительное количество признаков заниженной самооценки и тревожности.
- . Судя по высказываниям воспитателей и родителей, дети стали более самостоятельными, уверенными в себе, повысилась их познавательная активность. Они свободнее выражают свои эмоциональные состояния, делятся своими личными проблемами, переживаниями, потребностями. Значительно улучшились их коммуникативные навыки.
- . Уменьшилось количество конфликтных ситуаций в группе.

Качественный и количественный анализ результатов тестирования на контрольном этапе подтверждается статистической обработкой результатов (см. приложение 5).

Таким образом, у детей произошли позитивные изменения в развитии эмоциональной сферы и сферы общения. Уровень адекватной самооценки повысился на 36%. Поставленная гипотеза была подтверждена методами качественного, количественного и статистического анализа. Эффективность коррекционно-развивающей программы по формированию адекватной самооценки детей дошкольного возраста обусловлена ее направленностью на развитие позитивной самооценки, снижение тревожности и благоприятное общение с окружающими.