**«Самооценка младших школьников»**

*Подготовила педагог-психолог Т.Н. Доронина*

Сл.1

В психологическом словаре *самооценка* толкуется как «оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей». От самооценки зависят его взаимоотношения с окружающими, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам.

Сл.2

Следовательно, самооценка влияет на эффективность деятель­ности ребенка, на дальнейшее развитие его личности. Поэто­му сегодня мы поговорим о том, почему формируется та или иная самооценка, как определить уровень самооценки вашего ребен­ка, подумаем о возможных последствиях низкой самооценки и о том, как ее повысить.

Известно, что самооценка как важнейшая личностная инстанция оказывает большое влияние на все сферы жизнедеятельности личности, выступает важнейшим регулятором деятельности, способствует саморазвитию. От особенностей самооценки зависит уровень притязаний, активность личности и взаимоотношения её с окружающими людьми.

Для того чтобы ребенок чувствовал себя счастливым, был способен лучше адаптироваться и преодолевать трудности, ему необходимо иметь положительное представление о себе, адекватную самооценку. Как и все в нем, она ещё только формируется и в большей мере, чем у взрослого, поддаётся воздействию, изменению. Вот почему родителям, педагогам и другим взрослым, работающим с детьми младшего школьного возраста, совершенно необходимо знать и учитывать закономерности, особенности развития самооценки, а также пути формирования адекватной самооценки и в целом позитивной «Я» - концепции.

В детстве круг общения ребенка предельно сужен, и в основном роди­тели влияют на самооценку ребенка. Если родители любят, уважают, це­нят его успехи, то у него, естественно, формируется позитивная само­оценка.

Если ребенок в семье сталкивается с пренебрежением, с не­приязнью, если находится в зависимом, подчиненном положе­нии, то в будущем он не избежит неприятностей, связанных с не­гативной самооценкой.

В семьях, где у детей формируется высокая самооценка, ясные взаимо­отношения, четко определены авторитеты, распределена ответственность. Ребенок учится успешно решать встающие перед ним в повседневной жизни задачи, так как чувствует уверенность в своих силах. Его всё время поддерживают и одобряют. В таких семьях все относятся друг к другу дружелюбно и искренне.

Родители заведомо снижают самооценку ребёнка, когда пыта­ются поставить его в зависимое положение. В такой семье требуют(!) от ребёнка послушания, учат его подстраиваться, не конф­ликтовать с окружающими. Родители боятся положиться на ребен­ка, недооценивают его возможности, защищают его от трудностей, контролируют его действия. В результате ребенок становится не­уравновешенным, не доверяет окружающим, Не верит в свои силы, ему не хватает ощущения, что он значим, ценен. В школьном возрасте все несколько усложняется: появляется по­требность самоутвердиться, стремление найти свое место в жизни, утвер­диться в обществе. В результате именно под влиянием оценки ок­ружающих у подростка складывается собственное отношение к себе, самооценка своей личности.

Сл. 3

Виды самооценки адекватная и неадекватная

Сл. 4

***Адекватная* самооценка позволяет строить эффективные планы на основе оных возможностей и с учетом оных ограничений. Дети с адекватной самооценкой склонны анализировать результаты своей деятельности, пытаются выяснить причины ошибок. Они уверены в себе, активны, уравновешены, быстро переключаются с одной деятельности на другую, настойчивы в достижении цели.**

***Адекватная* личностная самооценка – правильная, не завышенная и не заниженная самооценка своих возможностей, своих ограничений и своего места среди людей (шире - своего места в жизни).**

Сл. 5

***Неадекватная* самооценка – повышенная или пониженная. Она вызывает не только определенную эмоциональную реакцию, но часто и длительное отрицательно окрашенное эмоциональное самочувствие.**

Сл. 6

***Неадекватно завышенная самооценка***

***Завышенная самооценка*— неадекватное завышение в оценивании себя субъектом, при завышенной самооценки дети стараются лидировать во всем, считают себя лучше, чем остальные, хотя не всегда это так.  *Заниженная самооценка*— неадекватное недооценивание себя субъектом, а имеено пассивность в действиях, такие фразы как: « Я не смогу», «Я неспособен», «У меня не получится».**

Сл. 7

**Дети с *неадекватно завышенной самооценкой* очень подвижны, несдержанны, быстро переключаются с одного вида деятельности на другой, часто не доводят начатое дело до конца. Они не склонны анализировать результаты своих действий и поступков, пытаются решать любые, в том числе весьма сложные, задачи "сразу". Они не осознают своих неудач. Они стремятся всегда быть на виду, афишируют свои знания и умения, стараются выделиться на фоне других ребят.**

Сл. 8

Заниженная самоооценка

***Заниженная самооценка — неадекватное недооценивание себя субъектом, а имеено пассивность в действиях, такие фразы как: « Я не смогу», «Я неспособен», «У меня не получится».***

Сл. 9

**Дети с *заниженной самооценкой* нерешительны, малообщительны, недоверчивы, молчаливы, скованны в движениях. Они очень чувствительны, готовы расплакаться в любой момент, не стремятся к сотрудничеству и не способны постоять за себя. Эти дети тревожны, неуверенны в себе, трудно включаются в деятельность. Они заранее отказываются от решения задач, которые кажутся им сложными.**

**Сл. 10**

**Тест лесенка.**

*Для того чтобы определить уровень самооценки, совсем необязательно обращаться к специалисту. Вот один из способов: нарисуйте на чистом листе бумаги лестницу из 10 ступенек.*

*Сл. 11*

***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***

*Сл. 12*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | ***Самооценка*** | | |
| *Уч. год* | *Завышенная* | *Адекватная* | *Заниженная* |
| *2009-2010* | *24%* | *42%* | *34%* |
| *2010-2011* | *25%* | *47%* | *28%* |
| *2011-2012* | *18%* | *56%* | *26%* |

Сл. 13

**Как вести себя с ребенком, у которого нарушена самооценка.**

***Не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему не по силам.***

***Не перехватывайте инициативу у ребенка, поощряйте его начинания, пусть он чувствует себя лидером, но также покажите, что другие могут быть лучше его.***

***Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает. Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.***

***Не забывайте поощрять и других в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может также достичь этого.***

Сл. 14

*Помните, что вы являетесь для вашего ребенка образцом для подражания. Показывайте ему своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Сравните две реакции: «Перчатки, которые связала мама, оказались меньше по размеру, чем она хотела. Ну ничего, в следующий раз она наберет большее количество петель» / «Кошмар! Перчатки тебе малы! Больше никогда ничего вязать не возьмусь, лучше куплю в магазине!»*

Сл. 15

***Поощряйте в ребенке инициативу. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела.***

***Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра).***

***. Не бойтесь искренне любить своего ребенка и показывать ему свою любовь!***

Сл. 16 спасибо за внимание.