**Особенности формирования самооценки дошкольника**

**(материал для родителей (законных**

**представителей) детей дошкольного возраста)**

 Иметь здоровую самооценку – значит принимать себя целиком, включая свои чувства и реакции, и уметь действовать как в своих интересах, так и в интересах других людей. Это применяется ко всем сторонам нашей жизни, а не только к ситуациям, которые воспринимаются нами негативно. Здоровая самооценка дает нам возможность понять и выразить разнообразие своих чувств и эмоций.

 Важно понимать, что в одиночестве нельзя обрести здоровую самооценку. Младенец с рождения открыт и восприимчив к человеческим отношениям. Он активно ищет контакта со взрослыми, которые находятся с ним рядом. Общаясь со взрослыми, которые о нем заботятся, ребенок начинает формировать представление о самом себе. Чтобы помочь ребенку сформировать здоровое самовосприятие и укрепить самооценку, а значит помочь ему обрести самого себя, необходимо быть рядом с ним на протяжении всех лет его взросления.

 Давайте разберемся какие элементы образуют самооценку ребенка. Самооценка имеет два основных компонента:

1. Интеллектуальный *–* это представление о себе, знания о себе, в том числе

полученные на основе сравнения себя с другими, самоанализа.

2. Эмоциональный *–* это отношение к себе, которое формируется из отношений взрослых и сверстников к ребенку, а также с помощью чувства удовлетворения его положением в семье и среди сверстников.

 В дошкольном возрасте преобладает именно эмоциональный компонент.

Поэтому дошкольник постоянно уточняет «Я хороший?», «Я молодец?».

Эти вопросы могут постоянно тревожить ребенка.





 Самооценка не является врожденной характеристикой. Ее формирование происходит в процессе деятельности и межличностного взаимодействия, поэтому для человека крайне важны умение прислушиваться к себе, принимать свои чувства, а также способность проявлять свои чувства во взаимодействии с другими людьми.

**Как формируется самооценка дошкольника и какие факторы**

**влияют на ее становление?**

 Начало формирования самооценки выпадает на дошкольный период. В детстве круг общения ребенка предельно сужен, и чаще всего именно родители (законные представители) оказывают влияние на формирование самооценки ребенка. Рассмотрим этапы формирования самооценки ребенка дошкольного возраста.

*–* От рождения до 18 месяцев. В этот период закладывается базовое доверие

к окружающему миру, и основа позитивного отношения к самому себе. Позитивная эмоциональная оценка со стороны родителей способствует формированию адекватной самооценки ребенка.

*–* От 1,5 до 4 лет у ребенка развивается чувство автономности или зависимости в результате специфики реакции взрослых на его первые попытки достигнуть самостоятельности. Одобрение самостоятельности и любознательности закладывает основу самооценки детей (чрезмерная похвала влияет на развитие завышенной самооценки).

*–* От 5 до 7 лет самооценка детей старшего дошкольного возраста складывается из их первых представлений о том, какими они могут стать людьми в будущем. В зависимости от того, как протекает процесс социализации ребенка, у него формируется базовое чувство вины либо инициативы.

 На формирование самооценки ребенка влияют взрослые (родители) и сверстники. Поэтому оценка дошкольником самого себя во многом зависит от оценки взрослого. Образ, который создают родители *–* положительный или отрицательный, *–* постепенно становится собственным представлением ребенка о себе. Сверстники также оказывают значительное влияние на формирование самооценки ребенка. Дети часто выражают свои мысли и чувства открыто и, если им не нравится чье-то поведение или действия, то они говорят об этом напрямую.

Такая детская непосредственность может как занижать и без того низкую

самооценку, так и повышать ее. Это связано с тем, что дети оценивают друг в друге различные качества: умение играть, соблюдать правила, быстро бегать.

Самооценка формируется в таких видах деятельности, которые связаны

с четкой установкой на результат, и где этот результат выступает в форме, доступной для самостоятельной оценки ребенка. В разных видах деятельности (игровой, трудовой, творческой) самооценка проявляется по-разному. В результате такой работы у детей развиваются навыки самоконтроля и самооценки на основе сравнения собственных результатов с достижениями ровесников.

  **Рекомендации по формированию адекватной самооценки ребенка**

****

 Важно помнить, что для дошкольного возраста характерна несколько завышенная самооценка. Именно небольшая завышенность самооценки помогает ребенку справляться со сложностями окружающего мира. К концу дошкольного возраста самооценка ребенка становится более гармоничной и адекватной. Дети начинают воспринимать себя более объективно, учитывая как собственные представления о себе, так и отношение окружающих к ним».

**Литература**

Методические рекомендации для проведения Недели психологии, весна 2025