**Самооценка младшего школьника**

**( материал для родителей (законныхпредставителей)**

**детей младшего школьного возраста).**

На протяжении всего периода становления личности ребенка, самооценка постоянно изменяется, и под воздействием различных источников варьируются от заниженной до завышенной. В период младшего школьного возраста активно формируется самооценка, которая включает в себя: оценку самого себя, оценку своей деятельности, оценку своего положения в коллективе и отношений к другим членами коллектива. Важно помнить, что от уровня самооценки зависит активность младшего школьника, его стремление к самовоспитанию, участию в деятельности коллектива.

Самооценку обычно рассматривают как:

1**. Адекватная самооценка** – это объективное отражение собственной личности, которое позволяет человеку правильно соотносить свои силы с задачами разной трудности и с требованиями окружающих.

2**. Неадекватная самооценка** имеет два вида:

а) **заниженная** самооценка – это придание себе, своей личности более низких

оценок и характеристик, чем они есть на самом деле.

б) **завышенная** самооценка – это восприятие, собственной личности,

на более высоком уровне по сравнению с реальностью.

 Для каждого возраста существуют свои факторы, которые оказывают существенное влияние на развитие самооценки. Для детей младшего школьного

возраста были выявлены следующие **основные факторы**.

 1**. Семейные** – оценка родителей, стиль воспитания в семье, эмоциональная

вовлеченность родителей в жизнь ребенка, не препятствующая развитию его самостоятельности. Так на самооценку младшего школьника важное значение оказывает ***стиль воспитания в семье*** и принятые в ней ценности. Дети с завышенной самооценкой воспитываются по принципу кумира в семье, в обстановке некритичности, всеобщего поклонения. В семьях, где дети имеют высокую (не завышенную) самооценку, внимание к личности ребенка сочетается с достаточной требовательностью, родители не прибегают к унизительным наказаниям и охотно хвалят, когда ребенок этого заслуживает. Дети с заниженной самооценкой пользуются большой свободой в семье, но эта свобода, по сути, результат бесконтрольности – следствие равнодушия родителей к детям.

 2. **Учебная деятельность** – мнение учителя (учителей) и одноклассников

о ребенке, а также осознание им себя в позиции ребенок-обучающийся, особенности общения учителя с обучающимися. Младшие школьники фокусируются на оценке успеваемости, поэтому определяют себя и своих сверстников отличниками либо двоечниками, придавая представителям каждой группы соответствующие качества. Оценка успеваемости в младших классах, по существу, является оценкой личности в целом и определяет статус ребенка. Родителям необходимо помнить о том, что младшие школьники еще слабо отличают разницу между оценкой результатов своей деятельности и оценкой личности. Негативный внешний отзыв о своей работе обучающиеся воспринимают как оценку – «Ты плохой». Родителям важно стараться ставить в пример детям не других детей, а результаты их собственной работы в прошлом и настоящем. Для этого можно использовать прием сравнения и показать ребенку его собственный путь, пусть даже незначительного продвижения вперед по сравнению со вчерашним днем. Это укрепит доверие ребенка к самому себе и к своим возможностям. При этом не стоит захваливать тех, кому высокие результаты достаются без особого труда, и необходимо поощрять малейшие продвижения в учении неуспевающего, но старательного ребенка.

 3. **Личностные** –оценка своих достижений, восприятие критики, комплиментов. Так, у детей с адекватной самооценкой проявляются сдержанная реакция на критику, рациональная оценка своих достижений, способность принимать как похвалу, так и замечания, стремление к самосовершенствованию. Дети с завышенной самооценкой могут игнорировать критику, уделять чрезмерное внимание к комплиментам, проявлять нежелание признавать свои ошибки, переоценивать свои достижения. Младшие школьники с заниженной самооценкой особо чувствительны к критике, неуверенно реагируют на комплименты, недооценивают свои достижения, боятся получать оценки.

 4. **Окружение** –оценка окружающих взрослых и детей, осознание своих прав и обязанностей. Оценка ближайшего окружения влияет на способность ребенка воспринимать разные точки зрения, формулировать собственное мнение, устанавливать личные границы, развивать эмпатию, выстраивать отношения с детьми и взрослыми.

 Самооценка не всегда остается стабильной, она может изменяться в зависимости от успехов в деятельности, возрастных особенностей и других факторов. Школьная оценка успеваемости также влияет на самооценку ребенка. Таким образом, дети, имеющие адекватную самооценку, бодры, общительны,

обладают чувством юмора. Обычно они с интересом ищут ошибки в своих работах, выбирают задачи в соответствии со своими возможностями, они отличаются активностью, стремлением к достижению успеха в каждом виде деятельности. Их характеризует максимальная самостоятельность.

 Дети младшего школьного возраста с высоким уровнем притязаний, завышенной самооценкой рассчитывают только на успех и переживают оценку «хорошо» как трагедию. Неадекватная заниженная самооценка младших школьников проявляется в их поведении и чертах личности. Эти дети стремятся выбирать простые задачи во всех сферах жизни. Они словно берегут свой успех и, боясь его потерять, избегают активной деятельности. Они склонны переоценивать достижения других людей.

 Характерными чертами детей с заниженной самооценкой являются неуверенность в себе и повышенная самокритичность. Они проявляют робость и ранимость, часто сосредоточены на себе, испытывают трудности в общении как со сверстниками, так и со взрослыми. При этом они особенно чувствительны к одобрению и любой другой позитивной оценке, способной повысить их самооценку.

**Причины формирования неадекватной самооценки**

**у младших школьников:**

 1. **Ограниченный круг общения и деятельности.** Некоторые родители ограничивают сферу деятельности детей только обучением: дети не имеют других увлечений и занятий, не посещают кружки, не заняты работой по дому. Тем самым ограничиваются сферы, где дети могут проявить себя, а затем оценить результаты своей деятельности. Следствием этого становится отсутствие представлений и знаний о тех ситуациях, в которых требуется проявить определенное качество, выполнить конкретные действия, совершить адекватный ситуации поступок.

 2. **Заниженные или завышенные оценки**, которые дают ребенку другие люди, оказывают существенное влияние на формирование его самооценки. Особенно подвержены такому влиянию дети с повышенной внушаемостью, несамостоятельностью в принятии решений. Такие дети безоговорочно верят в то, что мнение окружающих более объективно, чем их собственное. Они склонны избирательно воспринимать обратную связь, концентрируясь либо исключительно на негативных, либо только на позитивных отзывах о себе. Эта особенность делает их уязвимыми перед внешними оценками и затрудняет формирование адекватной оценки.

 3. **Недостаточное развитие оценочных взаимоотношений в коллективе** негативно сказывается на формировании личности обучающихся. Отсутствие традиции оценивать и контролировать действия и поступки одноклассников приводит к развитию недостаточно требовательного отношения к себе и другим. В таких условиях у детей не формируются четкие критерии оценки собственных действий и действий окружающих, что затрудняет развитие самостоятельности и способности к объективной самооценке.

 4**. Случайные успехи и неудачи**, которые часто воспринимаются как везение или невезение, действительно играют определенную роль в формировании самооценки. В целом, хотя случайные факторы и влияют на формирование самооценки, их роль вторична по сравнению с систематической работой над собой, устойчивыми достижениями и адекватной оценкой со стороны значимых взрослых. Важно научить ребенка воспринимать случайные события как часть жизненного опыта, не определяющую его личностную ценность.

 Подводя итог, важно подчеркнуть, что **родительская оценка деятельности**

**ребенка должна быть систематической и обдуманной**. Ключевыми элементами такой системы являются: **признание и уважение индивидуальности ребенка, искренняя радость даже в случаях незначительных достижений, внимательное отношение к любым положительным изменениям, практическая поддержка в преодолении трудностей. Формирование адекватной самооценки происходит преимущественно через взаимодействие ребенка со значимым взрослым –родителем.** Именно в процессе такого общения ребенок учится воспринимать и оценивать себя, формировать представление о собственной ценности. Самооценка, сформированная в детстве, имеет долгосрочный эффект и во многом определяет качество взрослой жизни человека. Поэтому родителям (законным представителям) необходимо поддерживать естественную самоценность ребенка, помогать ему развивать позитивное отношение к себе, создавать условия для формирования здоровой самооценки, избегать необоснованной критики и сравнений с другими детьми.

 Также в процессе воспитания важно учитывать закономерности развития самооценки ребенка младшего школьного возраста. Так в **первом классе самооценка, как правило, является адекватно-завышенной,** **во втором –наблюдается тенденция к переоценке себя, в результате чего самооценка снижается. В третьем классе у большинства детей проявляется либо адекватная, либо заниженная самооценка,** а число обучающихся с завышенной и неустойчивой самооценкой уменьшается.

 Родителям несложно определить уровень самооценки ребенка, если

они внимательно наблюдают за его поведением и реакциями. **Дети с заниженной самооценкой фокусируются на своих недостатках, излишне самокритичны, игнорируют свои достижения, преувеличивают значимость своих ошибок.**

 **Дети с завышенной самооценкой, наоборот, проявляют недостаточную критичность к себе, игнорируют свои реальные недостатки, переоценивают свои способности, отказываются признавать свои ошибки.**

 **В обоих случаях искаженная самооценка становится серьезным препятствием для полноценного развития личности.**

 Уважаемые родители, помните, что младшие школьники еще очень похожи на дошкольников –взрослые для них являются авторитетом, и они безоговорочно верят в их оценки.

 Учет родителями особенностей формирования адекватной самооценки в процессе воспитания поможет ребенку вырасти уверенным в себе взрослым, способным к конструктивным отношениям с окружающим миром и с самим собой.

 **Рекомендации по формированию адекватной самооценки ребенка**

****

**Литература**

Методические рекомендации для проведения Недели психологии, весна 2025