**Определение уровня самооценки детей дошкольного возраста.**

 На успешность человеческой жизни, помимо объективных обстоятельств, влияет уровень самооценки, которая начинает формироваться в дошкольном периоде под влиянием окружения ребенка, в первую очередь — родителей. *Самооценка — это оценка личностью своих возможностей, качеств и места среди других людей.*

 Здоровая атмосфера в семье, стремление понять и поддержать ребенка, искреннее участие и сопереживание, чувство психологической защищенности — вот составляющие для формирования позитивной адекватной самооценки у ребенка.

 Для изучения самооценки детей используют так называемые проективные методики, которые не требуют от ребенка высокой концентрации внимания и каких-либо особых усилий, но дают достаточно достоверные результаты.

 Проективные тесты - это несложные задания, которые вызывают у ребенка  интерес и любопытство.

 Для изучения самооценки ребенка профессиональные психологи используют разные психодиагностические методы. Вот некоторые из них:

***Методика " Лесенка" ( авт. В.Г.Щур)***

 Ребенку показывают нарисованную лесенку с семью ступеньками, и объясняют задание.



 Инструкция: «Если всех детей рассадить на этой лесенке, то на трех верхних ступеньках окажутся хорошие дети: умные, добрые, сильные, послушные – чем выше, тем лучше (показывают: «хорошие», «очень хорошие», «самые хорошие»). А на трех нижних ступеньках окажутся плохие дети – чем ниже, тем хуже («плохие», «очень плохие», «самые плохие»). На средней ступеньке дети не плохие и не хорошие. Покажи, на какую ступеньку ты поставишь себя. Объясни почему?»

 После ответа ребенка, его спрашивают: «Ты такой на самом деле или хотел бы быть таким? Пометь, какой ты на самом деле и каким хотел бы быть». «Покажи, на какую ступеньку тебя поставила бы мама».

 Используется стандартный набор характеристик: «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый», «смелый – трусливый», «самый старательный – самый небрежный». Количество характеристик можно сократить.

 В процессе обследования необходимо учитывать, как ребенок выполняет задание: испытывает колебания, раздумывает, аргументирует свой выбор.

 Если ребенок не дает никаких объяснений, ему следует задать уточняющие вопросы: «Почему ты себя сюда поставил? Ты всегда такой?» и т.д.

  Ключ :

Неадекватно завышенная самооценка

Не раздумывая, ставит себя на самую высокую ступеньку; считает, что мама оценивает его также; аргументируя свой выбор, ссылается на мнение взрослого: «Я хороший. Хороший и больше никакой, это мама так сказала».

Завышенная самооценка

После некоторых раздумий и колебаний ставит себя на самую высокую ступеньку, объясняя свои действия, называет какие-то свои недостатки и промахи, но объясняет их внешними, независящими от него, причинами, считает, что оценка взрослых в некоторых случаях может быть несколько ниже его собственной: «Я, конечно, хороший, но иногда ленюсь. Мама говорит, что я неаккуратный».

Адекватная самооценка

Обдумав задание, ставит себя на 2-ю или 3-ю ступеньку, объясняет свои действия, ссылаясь на реальные ситуации и достижения, считает, что оценка взрослого такая же либо несколько ниже.

Заниженная самооценка

Ставит себя на нижние ступеньки, свой выбор не объясняет либо ссылается на мнение взрослого: «Мама так сказала».

Если ребенок ставит себя на среднюю ступеньку, это может говорить о том, что он либо не понял задание, либо не хочет его выполнять.

Дети с заниженной самооценкой из-за высокой тревожности и неуверенности в себе часто отказываются выполнять задание, на все вопросы отвечают: «Не знаю».

Дети с задержкой развития не понимают и не принимают это задание, действуют наобум.

 Неадекватно завышенная самооценка свойственна детям младшего и среднего дошкольного возраста: они не видят своих ошибок, не могут правильно оценить себя, свои поступки и действия.

 Самооценка детей 6-7-летнего возраста становится уже более реалистичной, в привычных ситуациях и привычных видах деятельности приближается к адекватной. В незнакомой ситуации и непривычных видах деятельности их самооценка завышенная.

***Методика определения эмоциональной самооценки  (авт. А.В.Захаров)***

  Инструкция: Представь, что изображенный на рисунке ряд кружков – это люди. Укажи, где находишься ты.



 Ключ: нормой для ребенка является указание на третий- четвертый круг слева. В этом случае ребенок адекватно воспринимает особенности своего «Я- образа», осознает свою ценность и принимает себя.

При указании на первый круг имеет завышенную самооценку.

При указании на круги далее пятого заниженную самооценку.

***Методика самооценки «Дерево» (авт. Д. Лампен, в адаптац. Л.П. Пономаренко)***



 Инструкция: посмотри внимательно на рисунок. Перед тобой лесные человечки.  У каждого из них разное настроение, каждый занят своим любимым делом, каждый занимает свое положение.
 Возьми коричневый карандаш (фломастер) и раскрась ствол и ветки дерева. А когда будешь раскрашивать, внимательно рассмотрите каждого человечка: где он расположен, чем занят.

 А теперь возьми красный карандаш (фломастер) и раскрась того человечка, который напоминает тебе себя, похож на тебя, твое настроение и твое положение.
 Теперь возьми зеленый карандаш (фломастер) и раскрасьте того человечка, которым ты хотел бы быть и на чьем месте ты хотел бы находиться.
  Бывает так, что некоторые дети просят разрешения обозначить позиции двух человечков. Считаю, что в этом случае не следует ограничивать их выбор, но необходимо зафиксировать, какой человечек был отмечен в первую очередь, какой во вторую, так как соотношение этих выборов может быть достаточно информативным.
  Ключ: интерпретация результатов выполнения проективной методики «Дерево» проводится исходя из того, какие позиции выбирает данный ученик, с положением какого человечка отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними различия.

 Для удобства объяснения каждой фигурке присвоен свой номер.

Выбор позиции № 1, 3, 6, 7 характеризует установку на преодоление препятствий.

№ 2, 11, 12, 18, 19 — общительность, дружескую поддержку.

№ 4 — устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудности).

№ 5 — утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость.

№ 9 — мотивация на развлечения.

№ 13, 21 — отстраненность, замкнутость, тревожность.

№ 8 — отстраненность , уход в себя.

№ 10, 15 — комфортное состояние, нормальная адаптация.

№ 14 — кризисное состояние, «падение в пропасть».

Позицию № 20 часто выбирают как перспективу дети с завышенной самооценкой и установкой на [лидерство](http://www.koob.ru/leader/).

Следует заметить, что позицию № 16 дети не всегда понимают как позицию «человечка, который несет на себе человечка № 17», а склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим.

***Методика «Какой Я?»***

 Эта методика предназначается для определения самооценки ребенком-дошкольником наличия у него некоторых качеств личности. Экспериментатор пользуясь протоколом спрашивает у ребенка как он себя сам воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки предлагаемые ребенком самому себе проставляются экспериментатором в соответствующих колонках протокола а затем переводятся в баллы. В данной методике оцениваются следующие качества личности:

1.  Хороший

2.  Добрый

3.  Умный

4.  Аккуратный

5.  Послушный

6.  Внимательный

7.  Вежливый

8.  Умелый (способный)

9.  Честный

10.  Смелый

 Ответы оцениваются по вербальной шкале: да нет не знаю иногда (не всегда). Оценка результатов: ответы типа «да» оцениваются в 1 балл ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов. Ответы типа «не знаю» и «иногда» оцениваются в 0,5 балла. Самооценка ребенка определяется по общей сумме баллов набранной им по всем качествам личности.

 Выводы по уровню развития: 10 баллов – очень высокий; 8-9 баллов – высокий; 4-7 баллов – средний; 2-3 балла – низкий; 0-1 балл – очень низкий.

***Для развития адекватной самооценки у ребенка***

* Не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его. Пусть ребенок поможет с уборкой, получит удовольствие от проделанной работы и заслуженную похвалу. Ставьте перед ребенком посильные задачи, чтобы он смог почувствовать себя умелым и полезным.
* Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять, когда он этого заслуживает.
* Помните, что для формирования адекватной самооценки как похвала, так и наказание тоже должны быть адекватными.
* Поощряйте в ребенке инициативу.
* Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам.
* Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера или будет завтра).
* Ругайте за конкретные поступки, а не в целом.
* Помните, что отрицательная оценка — враг интереса и творчества.
* Анализируйте вместе с малышом его неудачи, делая правильные выводы. Вы можете рассказать ему что-то на своем примере, так ребенок будет чувствовать атмосферу доверия, поймет, что вы ближе к нему.
* Старайтесь принимать вашего ребенка таким, какой он есть.

 Старайтесь быть внимательнее к своим детям, поощряйте и хвалите их, проводите больше времени вместе, и вы поможете вашему малышу стать счастливее, наполните его жизнь яркими красками!