

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар «Детский сад комбинированного вида № 92 «Золотой петушок»

Методическая разработка

Формирование адекватной самооценки у детей старшего дошкольного возраста с ТНР



Автор-составитель:
педагог-психолог Белоглазова Н.Ю.

г. Краснодар, 2022

Содержание:

Пояснительная записка	3
Список литературы	5
Приложения:	
Приложение 1. Диагностика уровня развития самооценки у дошкольников.....	6
Приложение 2. Коррекционно-развивающая работа с детьми по формированию адекватной самооценки	10
Приложение 3. Тренинги развития гармоничных взаимоотношений между детьми и родителями	13
Приложение 4. Совместная работа детей и родителей	16
Приложение 5. Упражнения для формирования адекватной самооценки у детей	17
Приложение 6. Рекомендации для родителей по формированию адекватной самооценки у дошкольников	21
Приложение 7. Работа с педагогами	24

Пояснительная записка

Дошкольный возраст – это время когда начинается формироваться личность. Одной из центральных задач развития личности является формирование сознания, понимания того, кто «я» и какое место занимаю в обществе. Формирование самооценки происходит в процессе межличностного взаимодействия, поэтому образовательная среда дошкольного учреждения оказывает значительное влияние на формирование самооценки растущей личности.

Самооценка это феномен, активно развивающийся и формирующийся в детстве. Важно развивать самооценку ребенка в дошкольном возрасте (3-6 лет). Развитие самооценки позволяет ребенку оценивать себя и окружающих, воспринимать мир и проявлять индивидуальную активность во всех видах деятельности.

В настоящее время все более очевидно влияние самооценки дошкольника на его поведение, межличностные контакты и проявления самостоятельности, инициативности в разных видах детской деятельности. Известно, что детская оценка и самооценка формируются только при общении ребенка с другими людьми. Старший дошкольник сам начинает искать оценку своих действий, подкрепление правильности или неправильности познаваемой им действительности. В формировании детских оценок и самооценок большую роль играет оценка ребёнка воспитателем, его родными, а также сверстниками. Оценочные рассуждения педагогов действий и результатов детей-дошкольников позволяют наметить некоторые тенденции и особенности в формировании детской оценки и самооценки.

В ходе работы с детьми и их родителями, проведя мониторинг наблюдения за детьми, анкетирование, беседы с родителями, я отметила, что огромное влияние на развитие самооценки ребенка оказывают взаимоотношения ребенка с родителями и то, какое место он занимает в этих отношениях, а также стиль семейного воспитания и ценности принятые в семье, поэтому очень важно донести необходимую информацию в вопросах воспитания и формирования адекватной самооценки детей до их родителей. Дополнительно было проведено обследование уровня самооценки в группе детей с тяжёлыми нарушениями речи (приложение 1). На основании полученных данных были разработаны коррекционно-развивающие занятия для детей (приложение 2). В соответствии с запросами родителей были сформированы тренинговые занятия с родителями (приложение 3) и совместные детско-родительские занятия (приложение 4). Я собрала картотеку упражнений и рекомендации для родителей по взаимодействию с детьми при формировании адекватной самооценки (приложения 5 и 6). С педагогами также проведены просветительские мероприятия (приложение 7).

Целью совместной деятельности взрослых участников образовательных отношений является формирование адекватной самооценки у детей старшего дошкольного возраста с ТНР, самоуважения, доверия к самому себе.

В ходе деятельности решаются следующие задачи:

- Создать положительный эмоциональный настрой.
- Вовлечь дошкольников в игровое общение со сверстниками и родителями.
- Способствовать сплочению детского коллектива и детско-родительских отношений.
- Формировать положительное отношение друг к другу

Направление работы	Мероприятия
Диагностика (приложение 1)	1.Проведение методики «Лесенка» В.Г. Щур (Собственная оценка) Проведение методики «Лесенка» В.Г. Щур (Куда поставит мама) Проведение методики «Лесенка» В.Г. Щур (Куда поставит воспитатель) 2.Методика определения эмоциональной самооценки 3.Тест «Имя» 4. тест «Дерево с человечками» автор Д.Лампен, в адаптации Пономаренко Л.П. 5.Проведение методики «Какой Я» Р.С. Немов
Коррекционно-развивающая работа с детьми (приложение 2)	1.Занятие «Давайте познакомимся» 2.Занятие «Страна Настроений» 3.Занятие «Мой страх» 4.Занятие «Я больше не боюсь» 5.Занятие «Доброта и ласка» 6.Занятие «Сундучок волшебника» 7.Занятие «Радость» 8.Занятие «Люди к людям»
Тренинговые занятия с родителями (приложение 3)	1. Стили и родительские установки во взаимодействии с детьми 2. Детское поведение 3. Детское непослушание 4. Как мы воспитываем своих детей 5.Как повысить самоуважение детей 6. Конфликты и пути их разрешения 7. Переориентация контроля 8. Родитель – кто это? 9.Счастливые родители – счастливые дети
Совместные занятия с родителями и детьми (приложение 4)	1. Занятие «Межличностные отношения в семье» 2. Занятие «Гармонизация родительских отношений с детьми»
Работа с педагогами (приложение 7)	1.Консультация «Особенности личностного развития детей дошкольного возраста» 2.Выступление на педагогическом совете «Особенности коммуникативного развития ребенка и его педагогическая оценка в группе сверстников»

В результате совместной работы специалиста, педагогов и родителей удалось повысить самооценку у детей 6-7 лет в группе с ТНР, а родители приобрели новые знания и навыки для эффективного взаимодействия со своими детьми.

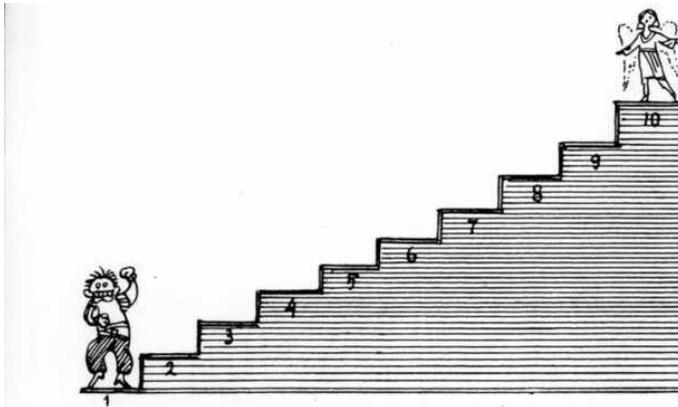
Список литературы.

1. Ф.Дольто «На стороне ребенка», СПб, 1997
2. А.В. Захарова «Психология формирования самооценки, Минск, 2010
3. Ю.Б. Гиппенрейтер «О чувстве самоценности или самооценки ребенка. Семейная психология и семейная терапия» , М., 1998
4. Р.Бернс «Развитие Я-концепции и воспитание, М., 2006
5. Г. Эйestad «Самооценка у детей и подростков. Книга для родителей. 2014
6. К. Аспер «Внутренний ребенок и самооценка», М, 2008
7. А. Фабер, Э. Мазиш «Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили», 2013

Диагностика уровня развития самооценки у дошкольников

Тесты. Как понять уровень самооценки ребенка.

Тест «ЛЕСЕНКА».



Попросите ребенка порисовать вместе с вами. Возьмите чистый лист бумаги и вместе нарисуйте лесенку из 10 ступенек. Скажите ребенку, что на самой верхней ступеньке находятся самые послушные, умные, добрые, красивые дети. А на самой нижней – невоспитанные, глупые и злые драчуны. Те, кто сидят чуть выше – не совсем плохие, а те, кто почти добрался до самого верха – немного не дотягивают до «лучших». Ребенок должен понять смысл «лесенки», в противном случае результаты теста будут недостоверными.

Теперь на этой лестнице должен появиться сам ребенок. Попросите его нарисовать самого себя и обратите внимание, какую ступеньку он для себя выберет. Возможно, он примостится на самой нижней ступеньке – это значит, что самооценка сильно хромает. Если ребенок решит, что его место на самой верхней ступеньке – самооценка его несколько завышена. Дополнительно попросите нарисовать на лестнице маму, папу и братьев с сестрами. Посмотрите, кому в семье ребенок отводит «главные» роли. Часто на верхних ступеньках рисуют маму, а на нижних папу. Дети находятся между ними – на 6,7,8,9 ступеньках.

Также можно узнать о том, считает ли себя ребенок здоровым или больным, веселым или грустным, счастливым или несчастным.

Анализ результатов теста

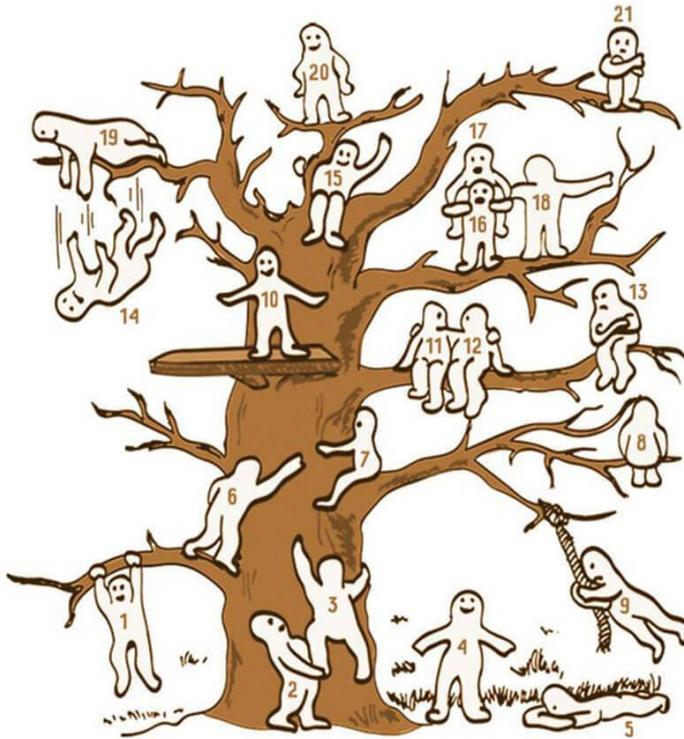
Несколько завышенная самооценка нормальна для детей младшего возраста. Ребенок объясняет свой выбор так: «Я самый лучший» или «Здесь стоят самые хорошие дети, и я хочу быть с ними».

Адекватная самооценка – выбор 6 – 8 ступенек. Можно с уверенностью говорить о том, что ребенок доволен собой, своим положением в обществе и семье.

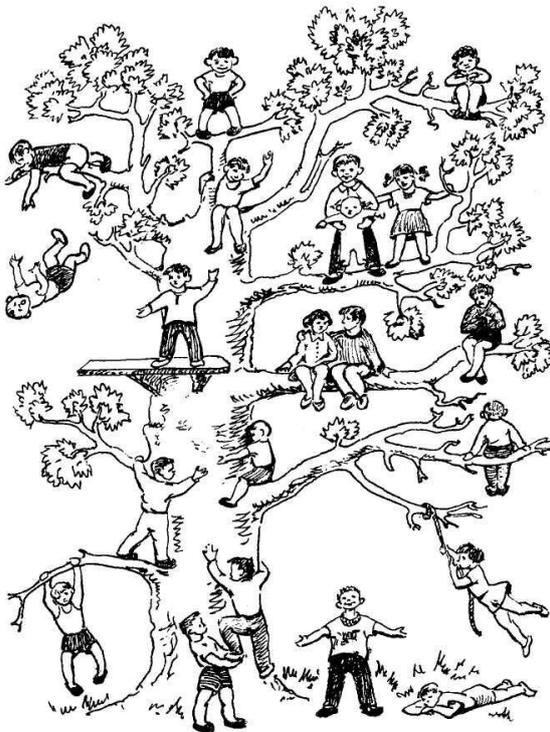
Ступеньки 3 – 5 должны насторожить родителей. Тот, кто оказывается на этих ступеньках, наверняка имеет проблемы в семье или коллективе. Попросите ребенка подробнее рассказать, почему он выбрал именно это место.

Тест «Дерево с человечками»

Предложите ребенку картинку дерева с человечками и попросите внимательно рассмотреть.



Для контроля можно посмотреть и художественный аналог тест дерева с человечками. Здесь уже присутствует некоторая расшифровка характеров, эмоций, возраста и настроения. Если результат неизменен, читаем дальше.



Чтобы расшифровать тест, достаточно прочитать описание к выбранному персонажу.

Трактовки следующие:

1 и 3, 6 и 7 – поза целеустремленного человека, который ничего не боится – ни препятствий, ни преград на пути.

2, 11 и 12, 18 и 19 – коммуникабельная личность, нацеленная на помощь друзьями и близким.

4 – устойчивая жизненная позиция помогает достигать высоких результатов в делах, особенно если на пути не возникают серьезные трудности.

5 – характерна быстрая утомляемость, слабость из-за небольшого запаса энергии и жизненных сил.

9 – просто очень веселый по жизни человек, любитель развлечений.

13 и 21 – тревожность и замкнутость ведут к минимизации круга общения и снижению коммуникабельности.

8 – любит погружаться в свой мир, уходить в себя, мечтать и размышлять.

10 и 15 – нормальная адаптация к текущей жизненной ситуации, полный комфорт и довольство окружающим миром.

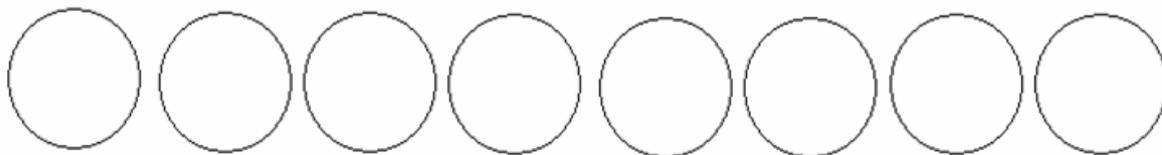
14 – на лицо внутренний кризис, эмоциональные проблемы и даже начало депрессии.

20 – завышенная самооценка лидера требует максимального внимания окружающих к себе любимому.

16 – устал от жизни и необходимости поддерживать других, поэтому получает сам поддержку от человечка № 17.

Методика определения эмоциональной самооценки .

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.

Тест «Имя»

Можно предложить ребенку придумать себе имя, которое он хотел бы иметь, или оставить свое. Спросите, почему ему не нравится или нравится его имя, почему бы он хотел, чтобы его называли по-другому. Эта игра может дать дополнительную информацию о самооценку ребенка. Ведь часто

отказ от своего имени означает, что ребенок недоволен собой или хочет быть лучше, чем он есть сейчас.

Методика «Какой Я?»

Эта методика предназначена для определения самооценки ребёнка-дошкольника. Экспериментатор, пользуясь представленным далее протоколом (табл. 3), спрашивает у ребёнка, как он сам себя воспринимает и оценивает по десяти различным положительным качествам личности. Оценки, предлагаемые ребёнком самому себе, проставляются в соответствующих колонках протокола, а затем переводятся в баллы.

Оценка результатов.

Ответы типа «да» оцениваются в 1 балл, ответы типа «нет» оцениваются в 0 баллов. Ответы типа «не знаю» и также ответы типа «иногда» оцениваются в 0,5 балла.

Самооценка ребёнка определяется по общей сумме баллов, набранной им по всем качествам личности.

Выводы об уровне развития

10 баллов — очень высокий.

8-9 баллов — высокий.

4-7 баллов — средний.

2-3 балла — низкий.

5-1 балл — очень низкий.

Таблица. Протокол к методике - «Какой Я?»

Оцениваемые качества личности
Хороший
Добрый
Умный
Аккуратный
Послушный
Внимательный
Вежливый
Умелый (способный)
Трудолюбивый
Честный

Приложение 2.

Коррекционно-развивающая работа с детьми по формированию адекватной самооценки

Цель: Оказание помощи старшим дошкольникам в умении справляться с переживаниями, повышение веры в собственные силы. Закрепление адекватного отношения детей к себе и к окружающим. Повышение уровня самооценки.

Задачи: формирование социального доверия, развитие адекватной самооценки, обучение умению самостоятельно решать возникающие проблемы, снятие состояния эмоционального дискомфорта.

Структура занятий:

1. Приветственный ритуал – предназначен для сплочения группы дошкольников, создания атмосферы доверия и принятия.
2. Разминка – используется для настроя на продуктивную совместную деятельность, активизацию деятельности детей, поднятия настроения.
3. Основная часть – предназначена для развития познавательных процессов и формирования социальных навыков.
4. Рефлексия – предназначена для умения детей выражать свое эмоциональное отношение к происходящему на занятии.
5. Прощальный ритуал – используется для сплочения группы дошкольников и создания атмосферы доверия и принятия.

Первое занятие «Давайте познакомимся»

- ритуал приветствия – выполнение упражнений «Клубочек имен», «Искра»;
- игра, направленная на достижение сплоченности и умения передавать свое положительно-эмоционального состояния «Передай другому»;
- игра, направленная на формирование положительного отношения к своему «Я»;
- рефлексия – игра «Доброе тепло»
- выполнение рисунка на тему: «Рисунок себя»;
- игра «Похвалилки»
- ритуал прощания – выполнение упражнения «Эстафета дружбы»

Для родителей и детей дано задание выполнить аппликацию «Цветок». (В сердцевину цветка нужно написать имя ребенка, на лепестках – уменьшительно-ласкательные производные от имени, можно семейные прозвища. Внизу на стебле надо написать имя ребенка, с которым к нему обращается мама, когда сердится. Далее предлагается наклеить божью коровку на тот лепесток, где находится обращение, которое нравится ребенку больше всего).

Второе занятие «Страна Настроений»

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Доброе животное»;
- игра, направленная на формирование эмоционального тонуса и нивелирования тревожности «Отыщи радость»;
- рефлексия – игра «Мостик дружбы»

- выполнение рисунка «Мое настроение»;
- игры, направленные на осознание своего эмоционального состояния, развитие симпатии – «На что похоже настроение», «Я хочу подружиться»;
- игра, направленная на снижение эмоционального напряжения и снятия мышечных зажимов – «Веселый – грустный»;
- ритуал прощания – выполнение упражнения «Город настроений».

Третье занятие «Мой страх»

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Мы друг другу улыбнемся»;
- упражнение на выявление и осознание детских страхов «Расскажи свои страхи»;
- снятие мышечного напряжения игра «Скульптура»;
- проведение беседы о детских страхах;
- упражнение «Я страшилок не боюсь в кого хочешь – превращусь»
- упражнение «Я боюсь, но...»
- выполнение рисунка на тему: «Мой страх»;
- упражнение «Стойкий оловянный солдатик» - направлено на развитие уверенности в себе, оказание помощи в снятии детских страхов;
- выполнение сценок на преодоление негативных переживаний «Страшно веселая история»
- ритуал прощания.

Четвертое занятие «Больше не страшно»

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Загадочное послание»;
- игра «Храбрые ребята» – предназначена для преодоления отрицательных переживаний и воспитания самоуверенности;
- психогимнастика;
- упражнение «Сильные стороны»
- игра, направленная на преодоление чувства страха «В темной норе»;
- релаксационные упражнения «Подарок», «Цветочная полянка»;
- выполнение игры «Я и моя тень», направленной на развитие памяти, наблюдательности и раскованности;
- выполнение игры «Слепой и поводырь», направленной на развитие внимания друг к другу и социального доверия;
- ритуал прощания «Ласковое имя».

Пятое занятие «Доброта и ласка»

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Мостик дружбы»;
- проведение конкурса «Поделись успехом», направленного на определение и передачу эмоциональных состояний.
- выполнение упражнения, направленного на коррекцию поведения «Страшные звуки»;
- рисунок «Мои эмоции»
- упражнение «Копилка достижений»

- упражнение «Направленная визуализация»
- упражнение «Доброта и ласка», направлено на умение выражать чувство радости и удовольствия;
- игра «Минута шалости»;
- выполнение комплекса релаксационных упражнений «Зеркало эмоций»
- ритуал прощания – выполнение упражнения «Эстафета дружбы».

Шестое занятие «Сундучок волшебника»

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Волшебный клубочек»;
- игра направленная на формирование положительной «Я – концепции» и уверенности в себе «Сундучок волшебника»;
- упражнение «Солнышко»
- игра, направленная на коррекцию отрицательного образа «Я», снятие тревожности и неуверенности в себе «Волшебное кольцо»;
- игра, направленная на выявление положительных сторон личности, повышение собственной значимости, на сплочение детского коллектива «Король и королева»;
- выполнение рисунка «Волшебные зеркала», направленного на гармонизацию и развитие здоровой «Я»-концепции;
- выполнение упражнения «Танцевальный калейдоскоп», направленного на использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств;
- ритуал прощания «Вместе с другом»

Седьмое занятие «Радость»

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Ручеек радости»;
- выполнение упражнения «Друг другу улыбнулись», направленного на создание положительного эмоционального фона;
- выполнение игры, направленной на активизацию воображения и развитие оптимистического чувственного фона «По дорожкам»;
- выполнение рисунка на тему «На пути в волшебный лес», направленного на закрепление умения передавать эмоциональное состояние через художественный образ;
- упражнение «Чем я круче других»;
- выполнение упражнения «Повтори движение» – для тренировки психомоторных функций и самовыражения индивидуальности ребенка;
- выполнение этюда «Мы вместе», направленного на закрепление умения проявлять сочувствие к другому человеку;
- упражнение «Поделись успехом»
- ритуал прощания – выполнение упражнения «Эхо».

Восьмое занятие «Люди к людям»

- ритуал приветствия – выполнение упражнения «Кто позвал?»;

- игра, направленная на проявление коммуникативных способностей, «Найди друга»;
- игра, направленная на закрепление социальной активности «Секрет»
- игра, направленная на закрепление умения делать правильный выбор в ситуации сотрудничества с детьми «У девочек и мальчиков»;
- выполнение рисунка на закрепление чувства единения группы «Мы построим дом большой»;
- беседа о дружбе и правилах дружбы;
- выполнение релаксационного упражнения, направленного на снятие эмоционального напряжения «Поделись улыбкою своей»;
- упражнение направленное на умение бесконфликтного способа общения «Волшебный стул»;
- выполнение игры «Грибной дождик»;
- упражнение «Внутренний диалог»
- ритуал прощания – «Я особенный»

Приложение 3.

Тренинги развития гармоничных взаимоотношений между детьми и родителями

Цель: Обсуждение и изменение неадекватной родительской позиции, установление гармонии стиля воспитания, расширение осознанности мотивов семейного воспитания, оптимизировать формы родительского взаимодействия при воспитании детей.

Задачи: показать родителям связь между их родительской семьей и собственной созданной семьей, предоставить модель построения взаимоотношений с детьми, обучить основным навыкам межличностного общения, провести самоисследование родительской позиции, развивать многомерность психологического видения детско-родительских отношений.

Занятие 1. «Стили и родительские установки во взаимодействии с детьми»

Ход занятия:

1. «Презентация ребенка»
2. Выполнения упражнения «Ребенок живет в каждом из нас»
3. Выполнение упражнения «Родительские установки»
4. Теоретическая часть для родителей по теме
5. Релаксация
6. Рефлексия
7. В конце тренинга родителям предложено сочинить в домашних условиях рассказ «Мой ребенок», где будут описаны ситуации взаимодействия с ребенком с различных позиций.

Занятие 2. «Детское поведение»

Ход занятия:

Представление родителями своего рассказа из домашнего задания

1. Выполнение упражнения «Чувства»
2. Выполнение упражнения «Принятие чувств»
3. Ролевое проигрывание проблемных задач «Девочка Даша»
4. Выполнение упражнения «Оцени поступок, а не личность»
5. Рефлексия
6. В качестве домашнего задания предложено записывать ситуации, в которых дошкольник пытается достичь «ошибочной цели», описать свои чувства и действия при этом.

Занятие 3. «Детское непослушание»

Ход занятия:

Обсуждение домашнего задания.

1. Выполнение упражнения «Я – хороший родитель»
2. Выполнение упражнения «Наказание»
3. Информирование родителей по теме «Система установления запрета»
4. Ролевая игра «Дисциплина»
5. Рефлексия
6. В качестве домашнего задания предложено применять новые принципы установления дисциплины, отказаться от подавляющих наказаний.

Занятие 4. «Как мы воспитываем своего ребенка»

Ход занятия:

Обсуждение домашнего задания

1. Выполнение упражнения «Не хороший родитель»
2. Выполнение упражнения «Рисунок не хорошего родителя»
3. Выполнение упражнения «Поддержка»
4. Выполнение упражнения «Коридор»
5. Рефлексия
6. В качестве домашнего задания необходимо поговорить с детьми о наказаниях, выяснить какое является для ребенка самым «страшным», практиковать общение с ребенком с позиции взрослого.

Занятие 5. «Как повысить самоуважения ребенка»

Ход занятия:

Обсуждение домашнего задания

1. Выполнение упражнения «Хвастуны»
2. Выполнение упражнения «Я особенный»
3. Выполнение упражнения «Люди к людям»
4. Выполнение упражнения «Похвала и поддержка»
5. Игра «Противоположности»
6. Рефлексия

7. В качестве домашнего задания предложено использовать дома способы неформального общения, поддержки, составить список проблем, возникающих во взаимоотношениях с ребенком.

Занятие 6. «Конфликты и пути их разрешения»

Ход занятия:

Обсуждение домашнего задания.

1. Выполнение упражнения «Конфликт»
2. Информирование родителей по теме «Внимание бывает разное»
3. Выполнение упражнения «Конфликтная ситуация»
4. Выполнение упражнения «Поссорились-помирились»
5. Игра «Волшебный стул»
6. Рефлексия.

Занятие 7. «Переориентация контроля»

Задачи:

- Формирование осознания неэффективных стратегий родителей.
- Изучение методики передачи ребенку ответственности за свою жизнь.

Ход занятия:

1. Обсуждение домашнего задания.
2. Выполнение упражнения «Снятие напряжения».
3. Выполнение упражнения «Должен или хочу?».
4. Выполнение упражнения «Охалка обязанностей».
5. Рефлексия.

Работа на дом: составить высказывания, для передачи ребенку ответственности за решение не слишком болезненных проблем, обратная связь «Конвертики».

Занятие 8. «Родитель - кто это?»

Ход занятия:

1. Обсуждение домашнего задания.
2. Выполнение упражнения «Парное приседание».
3. Выполнение упражнения «В чем моя забота?»
4. Выполнение упражнения «Лавина».
5. Ознакомление с основными принципами «Я - высказывание» и «Я - послание» для решения своих проблем.
6. Ролевое проигрывание ситуаций (ситуации предлагают родители из собственного опыта).
7. Рефлексия.

Занятие 9. «Счастливые родители - счастливые дети»

Ход занятия:

1. Выполнение упражнения «Слабые и сильные стороны моего ребенка»

- 2.Выполнение упражнения «Аукцион похвал»
- 3.Игры «Я и другие», «Зеркало», «Ручеек», «Проигрывание ситуаций»
- 4.Ознакомление с памяткой «В помощь родителям»
5. Рефлексия

Приложение 4.

Совместная работа детей и родителей

Цель: формировать и раскрыть качества, необходимые для эффективных межличностных отношений в семье.

Задачи: создание благоприятных условий для работы группы, формирование и развитие умений самоанализа и преодоления психологических барьеров, эмоциональное осознание особенностей своего поведения, снятие негативных реакций.

Занятие 1. «Межличностные отношения в семье»

Ход занятия:

1. Выполнение упражнения «Моя семья» - направлено на знакомство, активизацию и сближение членов группы
2. Выполнение упражнения «Кукла Маша» - направлено на развитие умения адекватно выразить свое эмоциональное состояние
3. Выполнение упражнения «Я лечу» - направлено на развитие социального доверия ребенка к родителям
- 4 Ритуал прощания «Мы вместе»

Занятие 2. «Гармонизация родительских отношений с детьми»

Ход занятия:

1. Выполнение упражнения «Привет, я Наташа, и мне очень нравится...» - направлено на создание положительного эмоционального фона и закрепление доверительного отношения
2. Выполнение упражнения «Я прошу» - направлено на закрепление новых форм поведения
3. Выполнение упражнения «Надежные руки» - направлено на пробуждение чувства близости к ребенку
4. Выполнение упражнения «Скульптура семьи» - направлено на умение осознавать особенности семейных взаимоотношений.
5. Выполнение упражнения «За что меня можно любить...» - направлено на закрепление положительных эмоций
6. Выполнения упражнения «Мой портрет»
7. Ритуал прощания «Зашифрованное послание»

Упражнения для формирования адекватной самооценки у детей

Упражнение 1

Перечислите жизненные достижения ребенка

Эффективный способ повысить самооценку ребенка – напомнить ему о его успехах.

Вам понадобятся: лист бумаги, ручка.

Как выполнять:

1. Напишите на первом листе жизненные достижения ребёнка. Оставьте внизу место, чтобы можно было продолжить этот список.
2. Чтобы напоминать ребенку о том, что он обладает большим потенциалом, предложите ему каждый день перед сном рассказывать о своих достижениях. Ежедневное перечисление достижений напоминает ребенку, что он способен на большее и развивает его уверенность в себе.

Упражнение 2

Изменение внутреннего диалога

Негативный внутренний диалог сильно влияет на уверенность ребенка в себе. Независимо от того, что говорят другие, ваше мнение о самом себе – это то, во что вы действительно верите. Это занятие поможет ребенку поменять негативный внутренний диалог на позитивный.

Вам понадобятся: бумага и ручка.

Как выполнять

1. Поделите лист бумаги на две колонки. В одной напишите: «Негативные убеждения», в другой – «Позитивные убеждения».
2. Предложите ребенку озвучить в первой колонке все негативные убеждение о самом себе, которые у него есть.
3. После этого помогите ему превратить негативные убеждения в позитивные. Утверждения должны быть четкими и соответствовать способностям ребенка. Сначала вы можете показать ребенку пример. Расскажите ему, как вы меняете негативные убеждения о самом себе на позитивные. Ваши убеждения ребенка в необходимости мыслить позитивно могут не сработать. Дети больше действуют на основе своих чувств, чем убеждений. Привлекать ребенка к действиям, напоминая ему о его способностях, более действенно, чем рассказывать ему о позитивном мышлении.

Упражнение 3

Ответственные обязанности

Ребенок развивает чувство собственного достоинства, зная, что ему доверяют. Лучший способ сделать это – поручить ребенку ответственную работу.

Как выполнять:

1. Составьте список заданий, которые под силу выполнить вашему ребенку (например, поливать комнатные растения, кормить питомца, подмести пол и т.д.).

2. Каждый раз, когда ребенок успешно выполняет работу, хвалите его, но не переусердствуйте. Если он допускает ошибки, помогите ему исправить их, но не акцентируйте на этом внимания. Это укрепит уверенность ребенка в себе и улучшит его самовосприятие.

Упражнение 4

Сильные стороны.

Поговорите о сильных сторонах. Просто как вариант игры. Вы можете тоже быть участницей. Сначала говорите вместе о сильных сторонах ребенка. Потом о своих.

Не менее 2 минут

Упражнение 5

Копилка достижений.

Выберите с ребенком коробку или банку, которая будет его копилкой достижений.

Каждый вечер (или несколько раз в неделю) вы должны садиться и писать с ребенком на листике о его достижениях за день (или несколько).

Достижения не обязаны быть великими. Достаточно небольших, если не найдется других.

- Сам оделся или разделся

- Собрал сам лего, нарисовал рисунок, сел на шпагат. Не важно. Главное, чтобы в этом ребенок был молодец.

Упражнение хорошо повышает самооценку и помогает ребенку с низкой самооценкой начать фиксировать свое внимание на своих успехах и сильных качествах.

Упражнение 6

Солнышко.

Для него нужны альбомный лист и фломастеры или карандаши.

Попросите ребенка нарисовать на бумаге солнышко. Никаких правил или ограничений у него нет - любое солнышко в любой части листа. Затем пусть ребенок расскажет о солнышке: какое оно? Яркое, теплое, дарит свет и радость, желтое и так далее.

Затем скажите ему: «А сейчас представь, что солнышко это ты. Какие у тебя есть хорошие качества?» Предложите подписать на рисунке его имя. Подрисуйте, если их мало, лучики и подписывайте каждый лучик тем словом, каким ребенок себя характеризует. Конечно, ребенок не сразу сможет рассказать о своих достоинствах. Это и взрослым иногда тяжело сделать. Помогайте ему: скажите, каким добрым, умным, ласковым (или каким угодно еще) вы его считаете.

Позвольте ребенку преувеличить свои достоинства, если ему так захотелось. Это игра для настроения, никто не требует от него кристальной честности и объективности. Не отрицайте чего-то хорошего, что он о себе скажет. Воспитывать и указывать на недостатки в поведении лучше в совсем другой момент, а не во время игры.

Сохраните рисунок солнышка с подписями и в те моменты, когда ваш ребенок будет сомневаться в себе, показывайте, какие достоинства помогут ему справиться с любым делом.

Упражнение 7

Домашняя доска почета.

Это еще одна игра на несколько дней вперед, и ее активные участники - родители, а не ребенок. Именно вы должны показать малышу все прекрасное, что в нем есть. Выберите определенный период времени (оптимально - неделя или две) и организуйте в квартире доску почета для ребенка. Если в вашей семье несколько детей, то создайте доски почета для каждого из них, но играть нужно в разные недели, чтобы уделить внимание каждому ребенку индивидуально.

Доску можно сделать из того, что есть: лист ватмана на стене, меловая, маркерная или пробковая доска.

На выбранный период ребенок должен стать центром внимания в вашем доме. Все члены семьи будут отмечать его достижения и хорошие качества на этой доске почета. Вы можете писать на доске о том, как ребенок хорошо убрал игрушки, или о том, что он делает успехи в математике (или в любом другом предмете), что он всегда вежлив, что он добрый и так далее.

Фиксируйте любой момент, в котором ваш ребенок себя хорошо проявил. Если ребенок захочет, он может сам добавить что-то о себе на доску. В конце выбранного периода вы вместе пересмотрите каждую запись и похвалите его за достижения. Доску почета можно сохранить, чтобы обращаться к ней в периоды, когда ребенок печалится из-за чего-то или потерпел неудачу.

Упражнение 8

Поделись успехом.

Можно сделать семейную традицию, не помешает даже тем взрослым, у кого все хорошо с самооценкой.

Предложите каждый вечер всем членам семьи делиться своими успехами за день.

Например, во время ужина. По кругу.

Или тем, что хорошего произошло сегодня.

Это улучшает настроение всем. Плюс учит детей (с любой самооценкой) обращать внимание именно на хорошее. Очень полезный для нервной системы навык.

Предложите участникам поделиться своими успехами за день. Для некоторых это может быть сложно. Но, послушав более активных участников, они поймут, что все не так плохо, и им есть чем гордиться.

Упражнение 9.

Это не совсем упражнение, но я решила добавить эту информацию именно сюда.

На детскую самооценку очень хорошо влияют положительные о них рассказы от родителей.

Поэтому, если вы периодически будете рассказывать ребенку о том, что в раннем детстве он очень быстро освоил то или это, или какой он был смелый и умница, то вы окажете очень благотворное воздействие на самоотношение ребенка к себе.

Если эти рассказы будут рассказаны при нем, но другим людям это тоже будет нести положительный эффект.

Упражнение 10

Используйте «похвалу рикошетом» (отнесу этот метод тоже к упражнениям)

Хвалите детей за их спиной, когда они у себя в комнате и как бы вас не слышат. Похвала рикошетом почему-то очень действенна. Так же как и критика за спиной, такая похвала всегда лучше врезается в память.

Упражнение 11

Чем ребенок круче других?

Предложите ребенку зарисовать/записать те качества, которые выделяют его среди других. Что он умеет делать лучше других, или хотя бы так, что не стыдно за результат. В списке должно быть не меньше 5 пунктов. В минуты сомнений и переживаний, пусть ребенок думает о своих наилучших качествах и умениях.

Мысли о его достоинствах поддержат.

Упражнение 12

Если ребенок с низкой самооценкой не занимается спортом – предложите ему это. Можно сесть вместе с ним на диван и выбрать, чем бы ему хотелось заняться.

Физические нагрузки повышают уровень серотонина в головном мозге. То есть улучшают внутреннее состояние, ощущение «Я хороший, я достойный, я могу». Повышают уверенность в себе через биохимические процессы в мозгу.

Приложение 6.

Рекомендации для родителей по формированию адекватной самооценки у дошкольников

Как формируется здоровая самооценка? Как заложить ребенку ощущение «я ценен»

Слышьте и видите ребенка

Самое возможно главное, что родители могут сделать для формирования здоровой самооценки – слышать и видеть ребенка.

У ребенка формируется здоровая самооценка, когда его чувства и потребности признаются и принимаются. Он принимается.

Другими словами, наше желание и способность увидеть и принять то, что происходит в душе ребенка, неопределимо значимы для формирования и укрепления его самооценки.

Например:

Ребенку 5 лет. Он пришел из садика недовольный. Капризничает и ведет себя так, словно ему все должны. Особенно мама.

Что можно сделать в этой ситуации?

- Пройгнорировать

- Включить мультики для поднятия настроения и уйти на кухню

Но

- Можно показать ребенку, что вы видите его настроение. Пообщаться. Проговорить то, что вы видите. Узнать, что случилось. Обнять, взять на ручки.

Все эти действия показывают ребенку, что он ценен. Его эмоции видят, и они волнуют родителей.

Так вы учите ребенка слышать и ценить то, что с ним происходит.

Ваше отношение к ребенку постепенно становится его отношением к самому себе. Он впитывает это словно губка.

Когда мы услышаны, то чувствуем себя принятыми. И принятыми такими, как мы есть.

Применяйте метод активного слушания.

Активное слушание подразумевает принятие услышанного. Вы осознанно стремитесь вникнуть в сказанное ребенком – не оценивая, не пытаясь ничего изменить. Затем вы сообщаете ему то, что услышали – таким образом, чтобы ребенок заметил вашу заинтересованность и готовность судить о ситуации с его точки зрения.

Что это значит - «активно слушать ребенка»?

Мама сидит на детской площадке, ребенок играет. Вдруг сын подбегает, он плачет. «Пашка забрал мою лопату»

Во всех случаях, когда ребенок расстроен, обижен, потерпел неудачу, когда ему больно, стыдно, страшно, когда с ним обошлись грубо или несправедливо и даже когда он очень устал, первое, что нужно сделать –

это дать ему понять, что вы знаете о его переживании (или состоянии), «слышите» его. Для этого лучше всего сказать, что именно, по вашему мнению, чувствует сейчас ребенок. Желательно назвать «по имени» это его чувство или переживание.

Активно слушать ребенка – значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам рассказал, при этом обозначив его чувство.

Вернемся к нашим примерам и подберем фразы, в которых родители называют чувства ребенка:

Ребенок: Он забрал мою лопатку

Мама: Ты обиделся и разозлился на Пашку

Ребенок: Не пойду больше в детский сад

Мама: Ты сильно не в духе и не хочешь больше в детский сад.

Скорее всего, такие ответы покажутся вам непривычными и даже неестественными. Привычнее было бы сказать:

– Ну ничего, поиграет и отдаст...

– Как это ты не пойдешь в детский сад?!

При всей кажущейся справедливости этих ответов они имеют один общий недостаток: оставляют ребенка наедине с его переживанием. Своим советом или критическим замечанием родители сообщают ребенку, что его переживание неважно, оно не принимается во внимание. Напротив, ответы по способу активного слушания показывают, что родители поняли внутреннюю ситуацию ребенка, готовы, услышав о ней больше, принять ее. Такое буквальное сочувствие мамы или папы производит на ребенка совершенно особое впечатление (не меньшее, а иногда гораздо большее влияние оно оказывает и на самих родителей).

Важные особенности и правила разговора по способу активного слушания.

1. Когда вы говорите с ребенком, обязательно будьте к нему лицом. Еще лучше будет, если ваши глаза будут на одном уровне.

Если разговаривать неудобно и вы к ребенку спиной или полубоком, то по возможности отложите разговор.

Если ребенок говорит что-то для него важное, особенно о своих чувствах, то эффективно слушать будет его, смотря в глаза.

2 . Если ребенок расстроен и начал рассказ о том, что случилось, постарайтесь не задавать вопросов. В вопросах обычно мало сочувствия. Нам нужно уметь показать ребенку, что мы на одной волне.

- Больше не буду дружить с Машкой, она злая!

- Ты обиделась на злую Машу (не вопрос). Иди обниму.

3. Повторите ребенку его чувства. Так как поняли вы. Это снова вас объединит, вы будете «свой».

4. Держите периодически паузы. Пусть ребенок рассказывает. Или так же молчит, местами думает, переживает свои эмоции. Главный рассказчик это ребенок. Вы слушатель.

Результаты активного слушания:

Ребенок видит и слышит – он важен. Его чувства, его проблемы, он весь и целиком важен. Он значимый человек. Если родители так уважительны и внимательны, то он того стоит. Так с ним и нужно. Отношение родителей постепенно становится самоотношением.

Если ребенок рассказывает о чем-то неприятном – отрицательное переживание ослабевает. Разделенная печаль уменьшается вдвое.

Ребенок в разговоре сам может дойти до выхода из ситуации. Просто проговорив произошедшее. Так бывает со взрослыми и так бывает с детьми.

Если ребенок видит, что его слушает, он все больше доверяет родителям. И рассказывает больше, и на контакт идет больше.

Дети так же учатся у родителей слушать их.

Личный пример

Если вы умеете ценить себя, то неосознанно ребенок будет подражать вам. Если вы не умеете, то всегда можете научиться. Самооценка имеет свойство расти. Начать с себя – уже заявка на победу.

Общие правила, которые должен помнить родитель.

Помните о возрасте. Помните, что ребенок не так развит как взрослые. У него меньше возможностей и способностей, чем у взрослых. Ребенок во многом проигрывает взрослым, хотя в силу меньшего опыта.

Не сравнивайте вашего ребенка с другими детьми.

Каждый взрослый и каждый ребенок неповторимая личность.

Уделяйте внимание ребенку. Чистое качественное внимание. Когда вы и он. Разговор или игра, без любых отвлекающих факторов.

Спокойно относитесь к его неудачам. Неудача – это всего лишь этап пути. Чем раньше ребенок это поймет, тем проще ему будет двигаться дальше

Учитесь наблюдать за тем, на что способен ребенок. И к чему у него интерес

Старайтесь различать личность ребенка и его поведение.

Оценивайте его поведение или проступок, но не его в целом. Это очень важно.

Одно дело сказать: «Какой же ты вредный, какой же ты глупый, Васька!»

Другое дело сказать: «Вась, ты уже вредничаешь. Ты поступаешь не умно».

Второй вариант не несет вреда самооценке. Первый программирует ребенка быть вредным и глупым.

Старайтесь чаще ставить ребенка в ситуацию выбора и принятия собственного решения. Больше вопросов, больше подведения к выводам.

Учите ребенка следить за своей внешностью. Умыться, расчесаться, почистить зубы – это святое. Это уважение к своему телу. Учите ухаживать за своей одеждой. Не надевать грязное и мятое. Это тоже отношение человека к себе.

Если ваш ребенок привык с детства ходить неухоженным (ну ребенок же), то он вполне может это перенести в более взрослый возраст.

Скажите прямым текстом ребенку.

- Дорогая (имя) ты самое дорогое, что у тебя есть. Твое тело, твое здоровье. Ближе людей не будет. К себе стоит относиться с уважением. Уважай других людей, но прежде всего себя. Если ты не будешь ценить себя – никто не станет этого делать.

Подобные разговоры с детьми, у которых низкая самооценка, периодически должны быть.

Приложение 7.

Работа с педагогами.

Выступление на педагогическом совете по теме:

«Особенности коммуникативного развития ребенка и его педагогическая оценка в группе сверстников»

Коммуникативные навыки у детей – это их способность взаимодействовать с окружающим миром, правильно понимая и передавая информацию. Среди них хорошо поставленная речь, связное выражение мыслей и чувств, эмпатия, адекватная самооценка и умение вести диалог.

Развитые коммуникативные навыки помогают ребенку социализироваться и стать успешным. Дети, у которых вышеперечисленные качества развиты неравномерно, испытывают трудности в общении и, как следствие, становятся замкнутыми, тревожными или агрессивными.

Для личности, живущей в социуме, умение коммуницировать — базовая необходимость.

Задача педагогов заключается в привитии детям следующих навыков, необходимых для полноценного развития:

- доходчиво выражать испытываемые эмоции, чувства, а также мысли;
- корректно воспринимать информацию извне и делиться идеями, ощущениями с другими на взаимной основе.

Важно учитывать персональные психологические особенности ребёнка при развитии социальных навыков. Но при любых исходных способностях есть возможность улучшить коммуникативные черты с помощью специальных техник.

Главными навыками, которым стоит уделить максимальное внимание, признаны следующие:

- Развитие у ребенка желания общаться.
- Усвоение принципов и правил взаимного контакта с окружающими в различных ситуациях (в частности, беседа или конфликт).
- Расширение практических навыков.

Комбинация данных качеств позволяет личности быть контактной и комфортно существовать в социуме.

Из всех возрастных групп детскую однозначно можно назвать самой активной в плане общения. Для малышей свойственно постоянно делиться информацией, участвовать в коллективных мероприятиях.

Безусловно, важную роль в формировании коммуникативных навыков у детей играют родители. Именно из семьи начинается развитие культуры речи. Базовую культуру речи ребёнок приобретает дома. В первую очередь, на формирование его речевого поведения влияет то, как общаются родственники.

Но помимо родителей, в воспитании ребёнка принимают участие педагоги. Воспитатели выстраивают общение с детьми с учётом их возраста. В младшем и среднем дошкольном возрасте взаимодействие с детьми не ограничивается заботой и уходом, а также носит ситуативно-познавательный характер.

По мере изучения окружающего мира ребёнок узнаёт новое и о себе. Для того чтобы убедиться в корректности понимания поведенческих норм, для поиска защиты и разъяснений малыш регулярно обращается к старшим. Чаще всего для этого используется речь как удобный коммуникативный инструмент, позволяющий делиться информацией подробно и полно.

По мере взросления ребёнок проявляет больше самостоятельности. Уже появилось понимание принципов общения, для которых присущи устойчивые отношения с собеседником. Начиная с 5 лет, у детей формируются критический взгляд на поведение старших, осмысленная мотивация и избирательность в выборе тактики контакта со взрослыми.

В этом возрасте педагогам стоит разрешать детям проявлять больше независимости, демонстрируя доверие и позволяя единолично решать поставленные задачи. Потребность в признании собственных сил и умений со стороны высока у малыша как никогда.

Параллельно этому происходит и воспитание ответственности за себя, а также за коллектив в целом. Общение взрослых с детьми базируется на равноправном и справедливом отношении ко всем членам группы. У малышей уже есть понимание базовых норм поведения, и теперь педагог может расширять области поручений и обязанностей.

Учитывая, что для ребёнка воспитатель часто становится примером для подражания, взрослому стоит максимально аккуратно следить за собственными манерами, не позволять себе открыто конфликтовать с коллегами, быть несдержанным, ругаться. Поведение педагога во время общения направлено на привитие малышу чувства долга и ответственности перед другими, а также веры в себя.

Суть потребности в общении состоит в самопознании и самооценке человека через познание партнера по общению. Отсюда следует, что человека побуждают к взаимодействию с партнером, т.е. становятся мотивами общения с ним, именно те качества последнего, которые раскрывают человеку его собственное Я, способствуют его самосознанию.

Важным для развития личности является осмысление понятия «самооценка». Самооценка – оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. От самооценки зависит взаимоотношение человека с окружающими, его критичность,

требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на эффективность деятельности человека и дальнейшее развитие его личности.

И семья, и детский сад одинаково способствуют развитию у ребенка как положительных, так и отрицательных представлений о себе. В результате совместной деятельности и общения родители, братья и сестры, педагоги и сверстники могут внушать ребенку как то, что само его существование представляет собой большую ценность для окружающих, так и то, что человек он бесполезный и никому не нужный. Содержание Я -концепции (самооценки), является одним из наиболее важных результатов воспитания и обучения, то есть того, что составляет содержание и формы социализации ребенка. К тому же этот всегда неокончательный результат оказывает непосредственное влияние на реакции ребенка в повседневной жизни.

Самооценка – это способность человека честно, с любовью и по достоинству оценить себя. Человек, имеющий адекватную самооценку, положительную Я – концепцию, создаёт вокруг себя атмосферу честности, ответственности, сострадания. Он способен в трудную минуту попросить помощи у других, способен принять самостоятельное решение, совершает обдуманные поступки.

Позитивное восприятие педагогом самого себя является одним из важнейших критериев эффективности его работы и способствует формированию у детей адекватной Я - концепции. Благодаря умелой работе таких педагогов, в детском саду могут быть созданы условия для нормального развития личности ребёнка.

По отношению к детям важными условиями развития их позитивного самовосприятия являются:

- умение педагога найти индивидуальный подход к ребёнку;
- в центре внимания педагога должна стоять эмоциональная жизнь ребёнка, неудачи которого чаще всего связаны с эмоциональными затруднениями, поэтому сочувствие со стороны воспитателя поможет воспитанникам избежать чувства страха;
- максимальная вовлечённость ребёнка в разнообразные виды деятельности повышает самооценку воспитанника, но при условии, что род деятельности дошкольник должен выбрать самостоятельно;
- важным условием формирования положительной Я – концепции в образовательном учреждении является способность педагога выдвигать достижимые цели работы;
- педагог должен научиться принимать ребёнка таким, какой он есть;
- создавать для детей ситуацию успеха;
- позитивная Я - концепция дошкольников всегда связана с успехами, а ожидания воспитателя способны улучшить, упрочить или, наоборот, снизить самооценку воспитанника. Задача педагога – внушить ребёнку, что успех обязательно придёт к нему;

- важнейшим источником формирования позитивного представления о собственном «Я» является внешний облик ребёнка, его физическое и психическое здоровье, поэтому педагог должен быть аккуратен в своих высказываниях, касающихся внешности детей;
- имя также играет роль во влиянии на него. Частое обращение педагога к ребёнку по фамилии воспринимается как пренебрежительное отношение к нему, что зачастую приводит к снижению самооценки.

Педагог, работающий с детьми, постоянно находится в состоянии включённого наблюдения. Фиксируя высказывания детей о себе, близких, сверстниках, их поведение по отношению к себе и другим, настроение, можно сделать вывод о состоянии Я – концепции воспитанника. Неуверенные в себе, своих способностях, добром отношении окружающих дети имеют, как правило, низкую самооценку.

Возможно, наиболее важным из того, что педагог может сделать, является создание среды, в которой ребенок чувствует себя эмоционально защищенным. Доверие между педагогом и учеником или воспитанником позволяет ребёнку выражать свои истинные чувства и мысли открыто. Такая атмосфера позволяет обсуждать общие ценности, ожидания, планы, достижения. Без установления доверительных отношений возможности педагога невелики.

Насколько педагог искренен и открыт к восприятию ребенка, настолько в дальнейшем сам растущий человек будет учиться принимать себя, уважать себя, любить себя. Только дух поддержки, доверия, принятия ребенка без осуждения поможет ему начать «строить» свою позитивную Я – концепцию и активно использовать коммуникативные навыки в общении со сверстниками и окружающими людьми.

Консультация для педагогов

«Особенности личностного развития детей дошкольного возраста»

Формирование личности человека начинается с первых дней жизни. В течение первого года закладывается основа для разностороннего развития.

Существует определенная специфика развития дошкольника, она заключается в:

- активном исследовании окружающего мира;
- понимании, кто «я такой», осознании границ между собой и окружающим миром;
- взаимодействии в социуме, появлении игровой мотивации.

В раннем возрасте личностное развитие начинается с понятия «кто я такой». Яркий пример этого этапа – появление в речи местоимения «Я». Далее ребенок начинает искать подтверждение своего существования в действии, разбрасывает и ломает вещи, воспринимает все игрушки, как свои.

Личностное развитие дошкольника невозможно без социума. Дети до 2-х лет нуждаются только в общении со взрослыми, уже к 3-4 годам у них развивается игровая деятельность, которая к 5-летнему возрасту перерастает в ролевые игры. Если ограничить круг общения только взрослыми, то ребенку дошкольного возраста будет не доставать социальных навыков, возникнет страх перед детьми, излишняя привязанность к родителям.

Взаимодействуя в социуме, дошкольник начинает усваивать этические нормы, принятые в обществе. Он учится оценивать поступки с точки зрения норм морали, подчинять свое поведение этим нормам, у него появляются этические переживания.

Первоначально ребенок оценивает только чужие поступки - других детей или литературных героев, не умея оценить свои собственные. В среднем дошкольном возрасте ребенок оценивает действия героя независимо от того, как он к нему относится, и может обосновать свою оценку, исходя из взаимоотношений персонажей сказки. Во второй половине дошкольного детства ребенок приобретает способность оценивать и свое поведение, пытается действовать в соответствии с теми моральными нормами, которые он усваивает.

Самосознание формируется к концу дошкольного возраста благодаря интенсивному интеллектуальному и личностному развитию, оно обычно считается центральным новообразованием дошкольного детства.

Самооценка появляется во второй половине периода на основе первоначальной чисто эмоциональной самооценки ("я хороший") и рациональной оценки чужого поведения. Ребенок приобретает сначала умение оценивать действия других детей, а затем - собственные действия, моральные качества и умения. К 7 годам у большинства самооценка умений становится более адекватной.

Детский возраст – наилучшее время для становления личности. Чего же лучше избегать в общении с ребенком:

- Проявления излишней требовательности.
- Постоянного контроля.
- Давления и требования выполнения непосильных в силу возраста задач.

Известный детский психолог Юлия Гиппенрейтер утверждает, что для становления личности необходимо позволить ребенку самостоятельно справляться с теми задачами, которые он способен выполнить, и как можно раньше обучать его различным навыкам.

Для успешного становления личности важно учитывать следующие педагогические направления:

- Создание условий для формирования чувства защищенности, уверенности в себе.
- Развитие понимания, что ребенка слышат, с ним советуются, он принимает участие в жизни коллектива.
- Привитие ответственности за свои поступки, слова.
- Формирование навыков поведения в социуме.

- Воспитание уважения к старшим.
- Развитие умений становления целей, планирования, определения приоритетов.

Эти педагогические направления должны использоваться не только в семье, но и активно применяться в процессе общения ребенка с педагогами детского сада.

Рекомендации по развитию личностных качеств ребенка:

- Развиваем стремление к свободе. В результате жизненных наблюдений выяснилось, что свобода в занятиях, играх приводит к предприимчивости, активности. При сильном ограничении формируется агрессия и упрямство. На детском языке это звучит «Я сам». Когда ребенок работает над тем, что выбрал по своей инициативе, у него развивается уверенность в своих силах.

- Не говорим «нет» настойчивости. Дети постоянно трудятся, осваивая новое действие. Ошибаются, снова повторяют тоже самое десятки раз, до тех пор, пока не добьются результата. Задача педагога – не мешать. Тогда нам удастся дать ребенку вырасти человеком, который умеет проявить волю, настойчивость в достижении цели.

- Даем возможность найти свой путь, проявить себя в различных видах деятельности, несмотря на какие то неудачи.

Полноценное развитие личности возможно только в социуме. Личностно-эмоциональное развитие ребенка проходит с участием педагогов, от которых не ускользнет ни одна деталь. При правильном отношении к ребенку, учитывая знания о личностном развитии, педагог сразу может оценить с каким настроением подходит ребенок к выполнению заданий, формируется в нем оптимист или пессимист, предпринять все от него зависящее, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно.