**Родительское собрание**

**Тема: «Все люди как люди, а Я – королева … или поговорим о самооценке ребёнка»**

**Цель:** повышение педагогической компетентности родителей.

**Задачи:**

• познакомить родителей с понятием самооценка;

*•* развитие самооценки детей в зависимости от особенностей воспитания;

• рекомендации родителям по формированию адекватно высокой самооценки ребенка.

**Оборудование:** компьютер, проектор, экран, доска, маркеры, бумага А-4, ручки.

**Ход собрания:**

– Добрый вечер, уважаемые родители! Я очень рада, что Вы нашли время для нашей встречи! Сегодня мы с Вами поговорим о формировании самооценки ребенка.

**Что такое самооценка?**
 Как ребёнок оценивает себя, свои возможности, поступки. Мы постоянно сравниваем себя с другими, и на основе этого сравнения вырабатываем мнение о себе, о своих возможностях и способностях, чертах своего характера и человеческих качествах. Так постепенно складывается самооценка.

Адекватная самооценка позволяет человеку соотносить свои силы с задачами разной трудности и требованиями окружающих. Заниженная или завышенная самооценка, деформирует внутренний мир, мешает гармоничному развитию.

**Тест «Лесенка (**см. приложение №1/)

Что же делать, если самооценка Вашего ребенка сильно завышена или занижена?

**Выступление психолога**

Наша самооценка может быть слишком высокой или слишком низкой, а может находиться на среднем уровне. Важно, чтобы то, как оценивает себя ребенок, совпадала с его реальными возможностями.

Каждый случай уникален, но при этом нельзя забывать о социаль­ном самочувствии своего ребенка.

**Рекомендации для родителей по формированию адекватной самооценки (**см. приложение № 2)

**Развитие самооценки детей в зависимости от особенностей воспитания** **(по М.И. Лисиной)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Адекватная самооценка | Завышенная самооценка | Заниженная самооценка |
| Родители уделяют ребёнку достаточно много времени | Родители уделяют ребёнку очень много времени | Родители уделяют ребёнку очень мало времени |
| Оценивают положительно, но не выше, чем большинство сверстников | Оценивают высоко, выше, чем большинство сверстников | Оценивают ниже, чем большинство сверстников |
| Часто поощряют (не подарки) | Очень часто поощряют, (в том числе подарки) | Не поощряют |
| Наказывают в виде отказа от общения | Редко наказывают | Часто наказывают, упрекают |
| Адекватно оценивают физические и умственные данные | Очень высоко оценивают физические и умственные данные | Низко оценивают физические и умственные данные |
| Прогнозируют хорошие успехи в школе | Ожидают отличные успехи в школе | Не ожидают успехов в школе и в жизни |

Так дошкольник видит себя глазами родителей. Если оценка и ожидания в семье не соответствуют особенностям ребёнка, его представления о себе будут искажёнными. Что же делать, если самооценка ребенка неадекватна? Полезно знать, что уровень самооценки не устанавливается раз и навсегда. Он может изменяться, особенно в дошкольном возрасте. Каждое наше обращение к ребенку, каждая оценка его деятельности, отношение к его успехам и неудачам - все это оказывает влияние на отношение ребенка к себе.

**Игры на формирование адекватной самооценки (**см. приложение№ 3)

Часто родители настраивают ребенка на высокие достижения всегда и во всем, формируя, таким образом, завышенную самооценку и уровень притязаний.

Ни один человек не может быть одинаково успешным всегда и во всем. Поэтому необходимо учить ребенка ставить реальные цели и справляться с неудачами.

**Рефлексия.**

**Литература**

1. Ананьев Б.Г. «Психология педагогической оценки» // Избранные психологические труды. Том 2. М., Просвещение, 1998.
2. М., Прогресс, 2005.
3. Божович Л.И. «Личность и ее формирование в детском возрасте». М. Просвещение, 2009.
4. Выготский Л.С. «Педагогическая психология» М., Педагогика, 1991.
5. Выготский Л.С. «Проблемы обучения и умственного развития» М., 2008 г
6. Горбачева В.А. «К вопросу формирования оценки и самооценки у детей». |
АПН РСФСР, 1952, №18 |
7. Давыдова Ю. В. Как помочь ребёнку стать смелым и уверенным. – М.: Эксмо, 2008.
8. Кон И.С. «Открытие Я». М, 2011.
9. Лисина М.И. Формирование личности ребенка в общении СПб, «[Питер](http://www.ozon.ru/brand/856134/)», 2009
10. Немов Р.С. «Психология», М., Владос, 2000
11. Стишенок И. В.  Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей. – СПб: Речь, 2010.
12. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? – М.: Генезис, 2006.
13. Хухлаева О. В., Хухлаев О.Е. Лабиринт души: терапевтические сказки. – М.: Академический проект, 2005.

## Приложение № 1

## Тест «ЛЕСЕНКА»

Одной из самых распространённых методик диагностики самооценки детей дошкольного и младшего школьного возраста является тест “Лесенка”. Использовать для диагностики его могут психологи детских дошкольных учреждений, школьные психологи, педагоги, воспитатели и родители. Существует несколько модификаций данной методики. Например “Лесенка” В. Щура и С. Якобсона насчитывает семь ступенек и к ней прилагаются фигурки мальчика и девочки, вырезанных из бумаги или картона. Этот вариант методики направлен не только на исследование уровня самооценки ребёнка, но и на выявление личных притязаний. Модификация методики авторов М. Лисина и Я. Коломенский представляет собой лист бумаги с изображённой на нём лесенкой, состоящей из шести ступенек, фигура мальчика и девочки, вырезанных из бумаги также имеется в наличии.

**Стимульный материал:**

* Белый лист бумаги А4 с нарисованной лесенкой, состоящей из шести ступеней.
* Фигурка человека, соответствующая полу ребёнка, участвующего в исследовании.

**Инструкция:**

“Посмотри на эту лесенку. На первой ступеньке сидят (стоят) самые хорошие и добрые дети. На второй – хорошие. На третьей – ни хорошие, ни плохие. На четвёртой – не очень хорошие дети. На пятой – плохие. На шестой сидят самые плохие дети”. Попросите ребёнка повторить только что сказанное вами, чтобы убедиться, что он понял и запомнил значение ступеней. Затем объясните, что кукла, находящаяся у него в руках, это он сам. Попросите поставить её на ту ступеньку лесенки, где бы он хотел стоять.

**Интерпретация результатов:**

После тестирования необходимо провести беседу с ребёнком. Попросить рассказать, почему он поставил себя на ту или иную ступень. Бывает, что дети неправильно понимают задание и из-за этого неверно выполняют его.

Кроме того, оценивание себя ребёнком бывает ситуативным. Например, если незадолго до начала тестирования произошла ссора с другом, то ребёнок может поставить себя на четвёртую и пятую ступень просто потому, что считает в данный момент времени себя плохим (обидел друга).

* Ребёнок поставил себя на первую ступень: завышенная самооценка. Для детей младшего школьного возраста и для дошкольников является нормой. Дошкольники часто ещё не способны адекватно оценивать себя и свои поступки. Дети же младшего школьного возраста оценивают себя подобным образом, исходя из своих достижений: “Я очень хороший, потому что получаю хорошие оценки”.
* Ребёнок поставил себя на вторую ступень: адекватная самооценка.
* Ребёнок поставил себя на третью ступень: адекватная самооценка.
* Ребёнок поставил себя на четвёртую ступень: заниженная самооценка. Является крайним вариантом нормы. Здесь важно то, как ребёнок объясняет постановку себя на данную ступень.
* Ребёнок поставил себя на пятую ступень: низкая самооценка.
* Ребёнок поставил себя на шестую ступень: крайне низкая самооценка. Ребёнок находится в ситуации дезадаптации, наблюдаются личностные и эмоциональные проблемы.

Если результат теста “Лесенка” выявил заниженный, низкий или крайне низкий уровень самооценки вашего ребёнка, рекомендуем **обратиться за консультацией к специалисту**.

Приложение №2

**Рекомендации по формированию адекватной самооценки у детей.**

1. Не изолируйте ребенка от домашних дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему не посильно. Хорошо если ребенок выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного.
2. Не перехвалите ребенка, но и не забывайте поощрять его, когда он этого заслуживает. Помните - похвала, также как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.
3. Поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его.
4. Не забывайте поощрять и других детей в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может также достичь этого.
5. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела.
6. Не сравнивайте ребенка с другими детьми, с собой.

Приложение №3

**Игры, которые помогут Вам лучше узнать своего ребенка, сформировать и поддержать у него адекватную самооценку.**

**"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 малыша. Ведь часто отказ от своего имени означает, что ребенок недоволен собой или хочет быть лучше, чем он есть сейчас.

**"Проигрывание ситуаций"**

Ребенку предлагаются ситуации, в которых он должен изображать самого себя. Ситуации могут быть разными, придуманными или взятыми из жизни ребенка. Прочие роли при разыгрывании выполняет один из родителей или другие дети. Иногда полезно меняться ролями. Примеры ситуаций:

- Ты участвовал в соревновании и занял первое место, а твой друг был почти последним. Он очень расстроился, помоги ему успокоиться.

- Мама принесла 3 апельсина, тебе и сестре (брату), как ты поделишь их? Почему?

**"Жмурки"**

Не удивляйтесь, эта старая, всем известная игра очень полезна: она поможет Вашему ребенку почувствовать себя в роли лидера, что может, в случае успеха, значительно воздействовать на самооценку. Можно играть в классические "Жмурки" (с завязанными глазами "жмурка" ищет детей по голосу и отгадывает на ощупь, кто это); можно дать в руки детям колокольчик и т.д.

**"Зеркало"**

В эту игру можно играть вдвоем с ребенком или с несколькими детьми. Ребенок смотрится в "зеркало", которое повторяет все его движения, жесты, мимику. "Зеркалом" может быть родитель или другой ребенок. Можно изображать не себя, а кого-нибудь другого, "Зеркало" должно отгадать, потом поменяйтесь ролями. Игра помогает ребенку открыться, почувствовать себя более свободно, раскованно.