

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное  
учреждение Центр развития ребёнка – детский сад**

**«Формирование представлений  
о себе у дошкольников»**

**Подготовила:  
педагог-психолог Е.М. Козакова**

«Когда мы касаемся другого человека, мы либо помогаем ему, либо мешаем. Третьего не дано: мы либо тянем его вниз, либо поднимаем вверх».

Б. Вашингтон



Приобщение ребенка к социальному миру, построение отношений с другими людьми, по мнению большинства психологов, начинается с формирования представлений о себе. Наиболее эффективным путем ее исследования является изучение генезиса самосознания, которое формируется в основном под влиянием двух главных факторов - **собственной практической деятельности ребенка и его взаимоотношений с другими людьми**

## Взаимоотношения с окружающими

### Собственная деятельность детей



ИГРА



СЕМЬЯ



ДЕТСКИЙ САД



СВЕРСТНИКИ

# Формирование представлений у дошкольника



**Познание своего тела:**  
физического и  
эмоционального состояний



**Познание окружающего мира:**  
-мир природы;  
-взаимоотношения людей и их  
возможности;  
-моральные ценности

## Психологическая составляющая формирования представлений о себе у дошкольников

«Я-концепция» («Я-образ», «Образ Я», англ. *one's self-concept*, а также: *self-construction*, *self-identity* или *self-perspective*) — система представлений индивида о самом себе, осознаваемая, рефлексивная часть личности.

Я-концепция (или образ Я) представляет собой относительно устойчивое, в большей или меньшей степени осознанное и зафиксированное в словесной форме представление человека о самом себе. Эта концепция — результат познания и оценки самого себя через отдельные образы себя в условиях самых разнообразных реальных и фантастических ситуаций, а также через мнения других людей и соотнесения себя с другими. Представители «„я“-концепции» А. Маслоу, К. Роджерс).

«Я»-концепция, в сущности, определяет не просто то, что собой представляет индивид, но и то, что он о себе думает, как смотрит на своё деятельное начало и возможности развития в будущем

-«Я»-образ («я»-концепция) — это некая глобальная самооценка. «Я»-образ может быть адекватным и неадекватным, реальным и идеальным,

## Я-Концепция -

совокупность всех представлений индивида о самом себе.

Образ самого себя складывается у детей в условиях взаимодействия индивидуального опыта ребенка и опыта общения с другими людьми. Его формирование начинается, по-видимому, еще задолго до дошкольного возраста, так как к трем годам многие дети располагают уже довольно ясными и точными представлениями о своих возможностях.

Источником формирования первоначальных представлений о себе является взаимодействие ребенка с другими людьми. С самого раннего возраста малыш, взаимодействуя и общаясь с другими людьми, начинает выделять себя субъектом своих действий и переживаний. Формирующиеся представления о себе входят в содержание самосознания индивидуума.

Любые оценочные воздействия взрослого содержат в себе и эмоциональные, и познавательные элементы, поэтому они не только направляют внимание ребенка на хорошие или плохие стороны собственного поведения, но и становятся моделью для построения представления ребенка о себе. В этом отношении характер оценочных воздействий взрослого имеет определяющее значение в процессе формирования у дошкольников представлений о своих возможностях.

Наиболее отрицательное действие на точность определения детьми результатов своих действий оказывают заниженные оценки взрослого, которые вызывают у детей недоверие, споры, несогласия и даже отказ от деятельности. Завышенные оценки взрослого оказывают двоякое действие на поведение дошкольников: с одной стороны, они искажают представления испытуемых в сторону преувеличения ими результатов своих действий, а с другой - мобилизуют их силы, стимулируют оптимизм и уверенность ребят в достижении хороших результатов.

## **Я-Концепция (самооценка) включает в себя компоненты:**

Когнитивный - образ своих качеств, способностей, внешности, социальной значимости и т.д.

Эмоциональный - самоуважение, себялюбие, самоуничтожение и т.д.

Оценочно-волевой - стремление повысить самооценку, завоевать уважение.

# Общение со взрослыми

## Семья



## Детский сад (педагоги)



**Взрослые – как зеркало отражают в своем отношении, характеристике, поступках ребёнка. Именно они являются главным формирующим звеном самооценки дошкольника.**

## Общение со сверстниками



**Игра.** Главное преимущество игровой деятельности заключается в том, что она имеет ближайшее отношение к **потребностно-мотивационной сфере ребенка**. Как отмечает Д.Б. Эльконин, в ней происходит «первичная, эмоционально-действенная ориентация в смыслах человеческой деятельности, возникает осознание своего места в системе отношения взрослых и потребность быть взрослым».

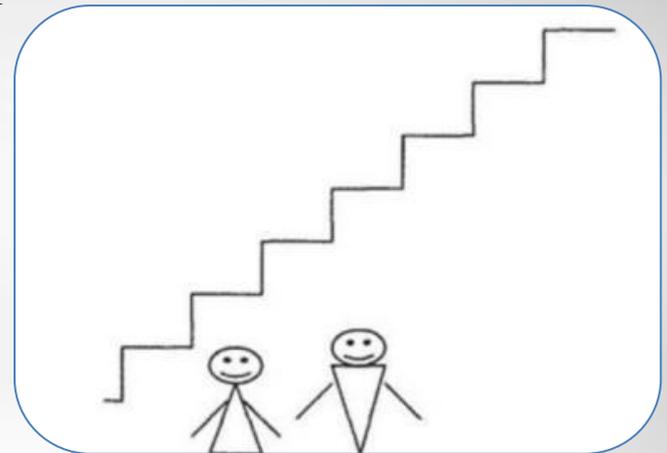
Д.Б. Эльконин, вслед за Выготским, неоднократно подчеркивал, что в игре возникает новая форма желания. Ребенок учится желать, соотнося свое желание с идеями, с фиктивным «Я» (т. е. с другим, воплощенным в роли).

# Диагностика самооценки дошкольника

## Тест «Лесенка» В.Г. Щур

Нужно нарисовать на бумаге лесенку из 10 ступенек. Покажите её ребёнку и объясните, что внизу стоят самые неудачливые, завистливые, сердитые, плаксивые дети, на ступеньке повыше — чуть получше, не третьей ступеньке — ещё немного лучше и т. д. А на самом верху стоят самые-самые лучшие ребята: умные, весёлые, талантливые, добрые девочки и мальчики. Уточните, понял ли ребёнок расположение ступеней. После этого спросите: на какую ступеньку он сам себя поставит? Пусть малыш отметит ступеньку, сделав символический рисунок себя. Теперь можно делать выводы.

Если ребёнок себя поставил на первую, вторую или третью ступеньку — у него явно заниженная самооценка. Размещение от 4-й до 7-й ступеньки говорит о средней (то есть адекватной) самооценке. А если ваш ребёнок стоит на восьмой, девятой или десятой ступеньке — то это свидетельствует о завышенной самооценке.



# Упражнения на формирование представлений о себе

## Упражнение «Давайте познакомимся»

Дети, сидя в кругу, по очереди представляют себя, подчеркивая свои привычки, умения, привязанности. Например: меня зовут Саша. Я люблю животных. У меня дома живет кошка, я играю с ней. Мне нравится рассматривать книги про богатырей и т. д. Форма обсуждения должна быть мягкой, ненавязчивой. Для запоминания имен детей можно использовать прием «снежного кома»; первый ребенок, сидя в кругу, называет свое имя, второй повторяет имя первого ребенка и называет свое, третий ребенок называет имена первого и второго и свое и т. д. Для активизации представления себя можно использовать игру в ассоциации «Какое растение, животное, птицу, цвет, время года мне напоминает Коля?» Дети высказывают свое мнение об одном ребенке по очереди.

## Упражнение «Мое ласковое имя»

Скажите, дети, какими ласковыми именами вас называют мама и папа, бабушка и дедушка, знакомые вам люди? В каких случаях это происходит? Когда от вас что-то требуют? Когда обращаются с просьбой? Или когда у ваших близких хорошее настроение? Как вы себя чувствуете, когда к вам обращаются ласково? Бот так: «Сашулька, будь любезен, подай мне туфли». Что вам хочется сделать в ответ на хорошие слова? Делаете ли вы это? Если нет, то почему? Давайте возьмемся за руки и скажем друг другу «Ласковушки» — приятные, ласковые, нежные слова.

## **Упражнение "Что во мне хорошего« или «Похвалилки».**

Дети стоят в кругу. В центре круга стоит стульчик, на который садится каждый и хвалит себя, рассказывая, что умеет делать лучше всего, какой он что любит в себе, за что его хвалит мама (добрый, честный, справедливый, смелый, заботливый, ласковый).

## **Упражнение «Узнайте моего друга»**

Предложить ребёнку описать своего друга так, чтобы он себя узнал. Разыграть с детьми сценку в которой показать особенности конкретного ребёнка, его привычки: шмыгать носом, необычная походка, привычка тереть одежду и т. д.

## **Упражнение «Что мне не нравится в себе»**

При выполнении этого упражнения воспитатель начинает разговор о своих слабых сторонах. Например: мне не нравится, что я иногда разговариваю со своей дочкой сердитым голосом, мне не нравится, когда кто-то мной командует — я тогда сержусь...

# СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ПО ФОРМИРОВАНИЮ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ

- не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть ребенок выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного;
- не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает. Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком;
- поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его;
- не забывайте поощрять и других в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может также достичь этого;
- показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела;
- не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра).

### **Дети имеют право:**

- иногда ставить себя на первое место;
- просить о помощи и эмоциональной поддержке;
- протестовать против несправедливого обращения или критики;
- на свое собственное мнение и убеждение;
- совершать ошибки, пока не найдете правильный путь;
- предоставлять людям решать свои собственные проблемы;
- говорить: “Нет, спасибо”, “извините, нет”;
- не обращать внимания на советы окружающих и следовать собственным убеждениям;
- побыть одному, даже если другим хочется вашего общества;
- иметь свои собственные чувства независимо от того, понимают ли их окружающие;
- менять свои решения или избирать другой образ действия;
- добиваться перемены договоренности, которая вас не устраивает.

### **Дети не обязаны:**

- быть безупречным на все 100%;
- следовать за толпой;
- любить людей, приносящих вам вред;
- делать приятное неприятным людям;
- извиняться за то, что были самим собой;
- выбиваться из сил ради других;
- чувствовать себя виноватым за свои желания;
- мириться с неприятной ситуацией;
- жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было;
- сохранять отношения, ставшие оскорбительными;
- делать больше, чем вам позволяет время;
- делать что-то, что на самом деле не можете сделать;
- выполнять неразумные требования;
- отдавать что-то, что на самом деле не хочется отдавать;
- нести на себе тяжесть чьего-то неправильного поведения;
- отказываться от своего “Я” ради кого бы то ни было.