ПВНЗ «ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

КАФЕДРА Практичної психології та соціальних технологій

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 053 Психологія

ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА Практична психологія

ВИПУСКНА КВАЛІФІКАЦІЙНА МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА

на тему:

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ САМООЦІНКИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Магістрантка _____ Протченко Тетяна Володимирівна
(підпис студента)

Науковий керівник _____ Абрамян Н.Д., к.психол.н, доцент
(підпис наукового керівника)

Допущено до захисту "12" грудня 2022 р.

Завідувач кафедри _____ Абрамян Н.Д., к.психол.н, доцент
(підпис)

Київ - 2022

ПВНЗ «ЄВРОПЕЙСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ»

КАФЕДРА Практичної психології та соціальних технологій

СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 053 Психологія

ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНА ПРОГРАМА Практична психологія

ЗАВДАННЯ

на випускну кваліфікаційну магістерську роботу студенці:

Протченко Тетяні Володимирівні .
(прізвище, ім'я, по-батькові студентки)

1. Тема роботи Психологічні особливості розвитку самооцінки дітей дошкільного віку

2. Затверджена наказом по університету від "22" 02 **2022 р. №** 20 .

3. Цільова установка на вихідні дані до роботи

Мета роботи теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості розвитку самооцінки дітей дошкільного віку; розробити та апробувати програму психологічних занять з розвитку самооцінки дошкільників.

4. Перелік графічного матеріалу (з точним визначенням обов'язкових креслень). Прояви самооцінки старших дошкільників за методикою В. Щур; Самооцінка різних характеристик дошкільників за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн; Узагальнені результати визначення самооцінки у дошкільників за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн; Прояви самооцінки особистісних якостей у дошкільників за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної; Узагальнена самооцінка особистісних якостей у дошкільників за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної; Прояви адекватності самооцінки та домагань дошкільників у різних видах продуктивної діяльності за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної; Узагальнені результати проявів адекватності самооцінки та домагань у дошкільників за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної; Характеристики емоційних ставлень батьків до дітей дошкільного віку за тестом Г. Тарабасової; Динаміка самооцінки дошкільників ЕГ за методикою В. Щур.

5. Консультанти по роботі, із зазначенням розділів, що їх стосуються:

Розділ	Науковий керівник	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання отримав
Розділ 1	Абрамян Н.Д.		

Розділ 2	Абрамян Н.Д.	
Розділ 3	Абрамян Н.Д.	

6. Зміст випускної кваліфікаційної магістерської роботи (перелік питань).

Розгляд поняття самооцінки та особливостей її формування в психологічній літературі; вікові особливості розвитку самооцінки у дітей дошкільного віку; психологічні особливості розвитку самооцінки дошкільників у роботі психолога і вихователя закладу дошкільної освіти; методика організації та стратегія проведення дослідження; психодіагностичні методики дослідження розвитку самооцінки дошкільників; аналіз результатів дослідження психологічних особливостей розвитку самооцінки дітей старшого дошкільного віку; встановлення зв'язку самооцінки дошкільників із батьківським ставленням; розробка та апробація програми психологічних занять з розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку .

7. Календарний план виконання випускної кваліфікаційної магістерської роботи

№ з/п	Назва етапів випускної кваліфікаційної магістерської роботи	Термін виконання етапів випускної кваліфікаційної магістерської роботи	
		За планом	Фактично
1.	Обрання теми випускної кваліфікаційної магістерської роботи (ВКМР)	01.08.22 – 05.08.22	03.08.22
2.	Опрацювання літератури та інших джерел для написання ВКМР	08.08.22 – 19.08.22	17.08.22
3.	Виконання 1 розділу ВКМР	22.08.22 – 16.09.22	14.09.22
4.	Виконання 2 розділу ВКМР	19.09.22 – 21.10.22	18.10.22
5.	Виконання 3 розділу ВКМР, висновки	24.10.22 – 18.11.22	11.11.22
6.	Передзахист ВКМР	28.11.22 – 02.12.22	01.12.22
7.	Проведення перевірки на плагіат ВКМР	28.11.22 – 02.12.22	28.11.22
8.	Відгук керівника, рецензія	02.12.22 – 05.12.22	05.12.22

8. Дата видачі завдання "03" серпня 2022р.

Керівник _____ Абрамян Н.Д., к.психол.н, доцент
(підпис)

Завдання прийняв до виконання _____ Протченко Т. В.
(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП 5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ САМООЦІНКИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ 10
1.1. Розгляд поняття самооцінки та особливостей її формування в психологічній літературі 10
1.2. Вікові особливості розвитку самооцінки у дітей дошкільного віку 14
1.3. Психологічні особливості розвитку самооцінки дошкільників у роботі психолога і вихователя закладу дошкільної освіти 21
Висновки до розділу 1 28
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИКА ОРГАНІЗАЦІЇ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ САМООЦІНКИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ 30
2.1. Методика організації та стратегія проведення дослідження 30
2.2. Психодіагностичні методики дослідження розвитку самооцінки дошкільників 32
Висновки до розділу 2 39
РОЗДІЛ 3. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ САМООЦІНКИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ 41
3.1. Аналіз результатів дослідження психологічних особливостей розвитку самооцінки дітей старшого дошкільного віку 41
3.2. Встановлення зв’язку самооцінки дошкільників із батьківським ставленням 65
3.2. Розробка та апробація програми психологічних занять з розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку 71
Висновки до розділу 3 91
ВИСНОВКИ 95
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 100
ДОДАТКИ 108

ВСТУП

Актуальність теми дослідження полягає у необхідності приділення підвищеної уваги питанню формування ціннісного ставлення особистості, починаючи дошкільного віку, та розвитку у дитини адекватної самооцінки, що створить базис для успішного і всебічного її зростання. Якщо дитина здатна адекватно оцінювати власні здібності й переваги, вона засвоює цінність оточуючих людей, поважливо ставиться до них. Також вона позитивно сприймає будь-яку оцінку інших людей, не надто засмучується, коли за чиїмось словами має недостатньо гарні якості чи вміння. При заниженій самооцінці дитина втрачає віру у власні сили, стає несміливою у міжособистісному спілкуванні з однолітками і дорослими, обирає недостатньо складні завдання для продуктивної діяльності, що затримує її розвиток в різних сферах життєдіяльності.

Важливість формування адекватної позитивної самооцінки у дітей дошкільного віку засвідчується у законодавчих та нормативних документах України, серед яких Закон «Про дошкільну освіту», Базовий компонент дошкільної освіти, програми «Я у Світі», «Українське дошкілля», «Дитина», «Дитина у дошкільні роки» та ін. Особливо важливим є розвиток самооцінки дітей, що передбачає формування ціннісного ставлення до себе, на основі чого формується у дітей також і ціннісне ставлення до інших людей, повага до старших, доброзичливість до однолітків.

Завищена самооцінка, що зазвичай притаманна дошкільникам відповідно до вікових характеристик їх розвитку, поступово до старшого дошкільного віку набуває адекватних рис. Діти навчаються порівнювати свої якості, сили, досягнення із тим, що від них очікується, починають розуміти міру власної вмілості (що вони не настільки всесильні, як здавалося) тощо. Вони вже починають усвідомлювати необхідність ціннісного і доброго ставлення до оточуючих, порівнюють і можуть поставити себе на місце ображеної дитини, зрозуміти вплив гармонійних відносин з іншими за

загальну атмосферу в групі, що забезпечує формування в кожного дошкільника позитивного самоставлення і високої адекватної самооцінки.

Психологічні аспекти розвитку особистості дітей дошкільного віку розкриваються у працях Й. Боришевського, В. Заброцького, М. Савчина, та ін. Особливості розвитку самооцінки у дітей дошкільного віку вивчають О. Байєр, С. Кононко, О. Олійник, Т. Піроженко, О. Рейпольська, та ін.

Водночас психологічні особливості розвитку самооцінки дітей дошкільного віку розглянуті недостатньо повно, особливо потребує науково-прикладної розробки проблема пошуку ефективних засобів і форм роботи з дітьми для розвитку у них адекватної самооцінки. Відповідно до вказаного орано актуальну тему дослідження: «Психологічні особливості розвитку самооцінки дітей дошкільного віку».

Об'єкт дослідження – розвиток самооцінки дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження – психологічні особливості розвитку самооцінки дітей дошкільного віку.

Гіпотеза дослідження полягає в припущенні ефективності впливу спеціально розробленої психологічної програми занять на розвиток самооцінки дошкільників.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості розвитку самооцінки дітей дошкільного віку; розробити та апробувати програму психологічних занять з розвитку самооцінки дошкільників.

Завдання дослідження:

1. Теоретично проаналізувати особливості розвитку самооцінки дітей дошкільного віку в психологічній літературі;

2. Розкрити психологічні особливості розвитку самооцінки дошкільників у роботі психолога і вихователя закладу дошкільної освіти;

3. Провести емпіричне дослідження психологічних особливостей розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку, проаналізувати отримані результати;

4. Розробити та впровадити програму психологічних занять з розвитку самооцінки дошкільників.

Теоретико-методологічні основи дослідження. Проведене дослідження опирається на погляди відомих українських та зарубіжних науковців щодо визначення самооцінки як структурний компонент Я-концепції (Р. Бернс, К. Роджерс); складову системи ціннісного і духовного ставлення (М. Боришевський, Г. Костюк, С. Максименко, Т. Титаренко); розгляд самооцінки дошкільників у структурі особистісних конструктів (С. Кононко, Л. Лохвицька, Т. Піроженко, Т. Поніманська та ін.). Серед засобів впливу на розвиток самооцінки дошкільників виділено ігрову та пізнавальну діяльність дітей (Н. Дятленко, І. Литвиненко).

Методи та організація дослідження. Для розв'язання поставлених у роботі завдань використані такі **методи теоретичного та емпіричного дослідження:**

- теоретичні методи: аналіз, порівняння, класифікація, систематизація, узагальнення, вивчення передового психологічного і педагогічного досвіду для обґрунтування психологічних особливостей розвитку самооцінки у дітей дошкільного віку;

- емпіричні методи дослідження: спостереження, бесіди, опитування, використання спеціальних діагностичних методик, спрямованих на визначення психологічних особливостей розвитку самооцінки у дітей, методи якісного та кількісного аналізу результатів;

- методи статистичної обробки кількісних даних: математично-статистична обробка результатів за допомогою програмового забезпечення Microsoft Excel; визначення середніх арифметичних значень, процентних співвідношень та ін.

Під час емпіричного дослідження використано такі **психодіагностичні методики:**

– методика «Сходинки» (В. Щур);

– методика визначення самооцінки дошкільника (Т. Дембо-С. Рубінштейн, в модифікації В. Щур);

– методика «Вивчення самооцінки та оцінки особистісних якостей дітей групи» (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна);

– «Дослідження самооцінки дітей шляхом спостереження в різних видах діяльності» (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна);

– Тест для батьків дошкільників «Яка моя дитина?» (Л. Тарабасова).

Вибірку опитуваних склали діти старшого дошкільного віку 5-6 років у кількості 60 дітей, які відвідують ясла-садочок «Євроленд» (30 дітей в групі «Космічна» і 30 дітей в групі «Морська»).

Наукова новизна дослідження:

- *уточнено* психологічні особливості розвитку самооцінки дітей дошкільного віку.

- *систематизовано* погляди українських і зарубіжних науковців на розуміння сутності «самооцінки» та її вияву в дітей дошкільного віку.

- *вперше* встановлено зв'язок самооцінки дошкільників з батьківським ставленням.

- *набули поширення* розробки психологічних занять з розвитку самооцінки дошкільників.

Теоретичне значення дослідження – проаналізовано основні положення досліджуваної теми, виділено психологічні особливості розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Практичне значення дослідження. Результати дослідження та розроблена на їх основі програма психологічних занять для дітей можуть використовуватися в практиці роботи психолога з вихованцями старшого дошкільного віку для розвитку їх адекватної самооцінки.

Апробація результатів дослідження здійснювалася в процесі виступу на педагогічній раді у ЗДО з результатами проведеного обстеження дошкільників та наданням рекомендацій для роботи вихователів у напрямку

розвитку адекватної самооцінки дітей; під час виступів і доповідей на всеукраїнських конференціях «…..» (м. Київ, 2022 р.).

Публікації. За темою дослідження опубліковано тези «….» у збірнику «….» (м. Київ, 2022 р.).

Структура та обсяг роботи. Магістерська робота складається із вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, додатків. Містить 17 таблиць і 13 рисунків. Основний зміст роботи викладено на 95 сторінках.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ САМООЦІНКИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Розгляд поняття самооцінки та особливостей її формування в психологічній літературі

У психологічній літературі самооцінка найчастіше розглядається як оцінка людиною самої себе (своєї зовнішності, здібностей, досягнень, особистих якостей). За даними О. Олійник, самооцінка є результатом інтегральної роботи у сфері самопізнання і емоційно-ціннісного ставлення до себе. Це особливе утворення самосвідомості є важливим механізмом саморегуляції поведінки і діяльності і, разом з тим, формується в процесі діяльності й спілкування дитини з іншими людьми [47].

У науковому просторі проблеми формування самооцінки та особливості самосвідомості особистості є тісно пов’язаними. Теоретико-методологічним підґрунтям дослідження проблеми самооцінки є теорія самосвідомості П. Чамати, розроблена цим видатним українським вченим усередині 40-х років ХХ століття. Розробка П. Чаматою теорії самосвідомості відзначається системністю, вчений зосереджував увагу на таких аспектах проблеми особистісної самосвідомості, як: розкриття її природи і сутності; визначення основних форм прояву самосвідомості; пошук шляхів самопізнання особистості; встановлення онтогенетичних особливостей розвитку самосвідомості за періодами онтогенезу – у дітей переддошкільного та дошкільного віку, молодшого шкільного, підліткового й юнацького віку; вивчав прикладні аспекти виховання самосвідомості у дітей [45, с. 234].

Самооцінку П. Чамата відносить до пізнавальної форми прояву самосвідомості спільно з самовідчуттям, самоспостереженням, самоаналізом та самокритикою. Вчений послідовно розгорнув логіку самопізнання людиною самої себе: від найпростіших до найскладніших її форм. Точка зору П. Чамати щодо трьох форм прояву самосвідомості й місця самооцінки в ній

надзвичайно цінна, бо саме вона дала початок поширенню в сучасній психології погляду щодо тричленності структури самосвідомості – її пізнавальної, емоційної та вольової сторін. Цю думку продовжують досліджувати його послідовники, науковці-психологи, серед яких М. Боришевський, О. Кульчицька, О. Яцишин та ін. [45, с. 234].

Базуючись на проведеному теоретичному дослідженні, П. Дячук пропонує виділяти такі компоненти самооцінки: когнітивний, мотиваційно-ціннісний, практично-діяльнісний. Дослідник відзначає, що:

- основою когнітивного компоненту є знання людини про себе, вони можуть бути ситуативними і стійкими, позитивними і негативними;

- мотиваційно-ціннісний компонент самооцінки характеризується позитивним ставленням до процесу самооцінювання, потребою пізнання власного «Я», його позитивних і негативних характеристик, прагненням досягати успіху в спільній діяльності;

- практично-діяльнісний компонент включає в себе систему вмінь самооцінювання. Вони визначаються за критеріями відповідно до яких діти оцінюють свої позитивні й негативні якості, здібності та діяльність у групі. Таким чином, самооцінка являє собою складний за своєю психологічною природою феномен. Вона пов’язана численними зв’язками і відношеннями з усіма психічними утвореннями особистості [28].

На основі аналізу психолого-педагогічної літератури, П. Дячук, Л. Перфільєва, А. Яценко виділяють такі функції самооцінки: мотиваційну, орієнтаційну, регулятивну і рефлексивну:

– мотиваційна функція самооцінки виявляється у вигляді мотивів, цілей, ідеалів, які виражають причини діяльності особистості;

– орієнтаційна функція – успішна орієнтація дітей у системі самооцінки неможлива без знання норм і еталонів самооцінки;

– регулятивна функція самооцінки полягає у мобілізації людиною своїх сил, реалізації прихованих можливостей, творчого потенціалу;

– рефлексивна функція самооцінки виявляється не тільки в знанні і розумінні суб'єктом самого себе, але й в з'ясуванні того, як інші розуміють «рефлексуючого», його особистісні якості [28].

Структура самооцінки визначається за такими параметрами:

– види (загальна і часткова);

– якісна змістовна характеристика (адекватна і неадекватна: завищена і занижена);

– рівні (високий, середній, низький) [49, с. 14].

На думку П. Дячук, Л. Перфільєвої, А. Яценко, самооцінка може проявлятися у двох формах – загальній і частковій. Загальна відображає ставлення особистості до себе, її загальну життєву установку. Із загальною самооцінкою пов'язана самоповага, також важливим є те, що загальна самооцінка визначає ставлення до інших, проявляючись у вигляді гордовитості, зазнайстві, або навпаки – в повазі і доброзичливості. Часткова самооцінка відображає оцінку людиною своїх конкретних якостей, вчинків, фізичних даних і може мати для людини різну значущість. Так, якщо вона стосується головних ліній її життя і тому гостріше переживається, інша відноситься до яких-небудь другорядних сфер життєдіяльності, і тому навіть негативні оцінки у цих сферах можуть бути байдужими для особистості [28].

При цьому, як уточнює О. Олійник, часткова самооцінка у дошкільників виникає раніше загальної і формується в конкретному виді діяльності − мисленнєвому, пов'язана з рівнем розвитку мислення та пізнавальної активності [49, с. 14].

Адекватна самооцінка – реалістична оцінка людиною самої себе, своїх здібностей, моральних якостей і вчинків [43, с. 159]. Вона допомагає людині правильно співвідносити свої сили із завданням різної складності. Неадекватна (завищена, занижена) – деформує внутрішній світ, спотворює мотиваційну і емоційно-вольову сфери людини, перешкоджає гармонійному розвитку [63].

Аналізуючи рівні самооцінки, І. Гриценко зазначає, що знання про себе в дітей одного і того самого віку різні, відповідно до чого визначається три рівні їх розвитку [22, с. 146-47].

І рівень – самооцінка реалістична. Діти непогано знають свої особливості. При цьому вони бачать їх не лише в окремих, сьогоденних ситуаціях, це вже досить узагальнені знання («У таких випадках я завжди так поводжуся»). Діти добре знають свої можливості і тому можуть прогнозувати свої дії – що буде, що ні. Причини своїх невдач вони відносять за рахунок своїх власних недоліків. Їм не властива категорична самовпевненість. Говорячи про себе, вони схильні вживати обережні висловлення: «я думаю», «мені здається», «можливо».

ІІ рівень – реалістичних самооцінок стає менше. Знання про себе частіше відтворюють думку оточення, стають менш самостійними. В основу визначення і оцінки власних якостей покладені конкретні факти, окремі випадки, а перелік цих якостей бідний. Ці діти недостатньо розуміють свої здібності і можливості, тому частіше помиляються у прогнозуванні. Причини своїх невдач вони часто бачать у негативних обставинах. Їх самооцінні судження більш категоричні, ніж у дітей першої групи, вони менше схильні до сумнівів і роздумів з цього приводу.

ІІІ рівень – самооцінка переважно неадекватна, завищена або занижена. При цьому дитині завжди хочеться оцінити себе вище. Інших обґрунтувань у неї немає – «мені так хочеться». Навіть конкретних, хоч і одиничних фактів на підтвердження самооцінки він привести не може. Загалом реальна самооцінка таких дітей низька за рахунок того, що вони щодня чують із уст педагога чи батьків. Накопичення тільки негативного досвіду зовнішніх оцінок приводить таких дітей до абсолютної «затюканості»: вони не вважають себе здатними ні на що позитивне. При цьому причину своїх невдач вони бачать лише у збігові обставин («Погано поводився, бо мені сусід заважав») [22, с. 146-47].

Отже, самооцінка розуміється як оцінювання людиною самої себе, своїх можливостей, ставлення до себе. Адекватна самооцінка забезпечує реалістичну оцінку своїх здібностей, особистісних якостей, моральності вчинків. Водночас особистості із неадекватною самооцінкою (завищеною чи заниженою) мають не правильні уявлення про себе, перевищують свої здібності або ж не сприймають свої сильні сторони як перевагу. Наприклад, люди із заниженою самооцінкою переживають почуття неповноцінності, і найчастіше, вони не реалізують свого потенціалу у продуктивній діяльності. В такому випадку занижена самооцінка стає чинником, який гальмує розвиток особистості, перешкоджає на шляху її самореалізації. Саме тому важливо вивчити психологічні особливості формування самооцінки, починаючи з дошкільного дитинства, щоб забезпечити найбільш сприятливі умови для всебічного і повноцінного розвитку особистості.

1.2. Вікові особливості розвитку самооцінки у дітей дошкільного віку

Дошкільний вік є сприятливим для формування самооцінки дитини і виступає важливою передумовою зародження її адекватності. Важливість і сенситивність дошкільного віку у формуванні самооцінки дитини відзначають психологи О. Кононко, Г. Люблінська, О. Олійник, О. Скрипченко, Т. Титаренко, С. Тищенко та ін. Зокрема, О. Олійник зазначає, що дошкільний вік є сприятливим для формування самооцінки дитини і є важливою передумовою зародження її адекватності [49, с. 14].

Саме в дошкільному віці дитина оволодіває новими, достатньо складними видами діяльності (гра, продуктивні види діяльності), вступає в нові форми спілкування з дорослими (позаситуативно-пізнавальне, позаситуативно-особистісне). На вищу сходинку піднімаються її відносини з оточуючими людьми, й очевидно, що саме цей час є успішним для формування механізмів становлення самооцінки [16, с. 201].

За ствердженням О. Рейпольської, самоставлення, що є на позитивному полюсі у вигляді гордості, почуття власного достоїнства, а на негативному – у вигляді свідомості власної малоцінності, у значній мірі обумовлює остаточний результат особистісного розвитку та формування самооцінки дошкільників. Старший дошкільник висловлює своє ставлення як до себе у цілому, так і до окремих якостей своєї особистості через самооцінку, яка характеризується об'єктивністю, адекватністю, забезпечує внутрішню узгодженість особистості та відносну стійкість поведінки. Оцінювання дорослих залишається для старшого дошкільника авторитетним, хоча все більше критерієм самооцінки стає власний досвід та конкретні результати індивідуальної діяльності дитини: ігрової, образотворчої, навчальної тощо [57, с. 143].

Весь період від новонародженості до дошкільного віку – дуже важливий період для нормального розвитку й становлення емоційної сфери. І в цей час для дитини особливо важливе спілкування з матір'ю. У випадку депривації материнської ласки й уваги виникають різні девіації в емоційному розвитку, що приводить до наступного порушення поведінки вже дорослішої дитини. Т. Дуткевич вказує, що важливим новим фактом емоційної та вольової сфери дошкільника стає переживання з приводу можливої реакції дорослих на його дії та вчинки: «що скаже мама?», «батько буде сваритись». Таким чином, емоції дошкільника включаються у внутрішні механізми забезпечення супідрядності мотивів як важливий їх компонент [25, с. 251].

За свідченням В. Горбатих, для дитини дошкільного віку ціннісне ставлення до себе ще невід'ємне від ставлення до неї оточуючих. Іншими словами, в своїх очах дитина є такою, якою її оцінюють близькі і авторитетні для неї люди і лише поступово вона стає здатною оцінювати свої особисті властивості та внутрішній стан. Переживаючи свою значимість для інших, дитина починає прагнути відтворення цього позитивного переживання, тобто у неї з'являється спрямованість почуттів на позитивну оцінку дорослого, його схвалення та заохочення. Така емоційна активність дитини є водночас

показником процесу формування потреби підростаючої особистості у самоповазі. Ця потреба задовольняється тоді, коли батьки у взаємодії з дитиною створюють позитивний емоційний фон: допомагають дитині організувати її справи, постійно намагаються зрозуміти її почуття, поважають її вибір тощо [20, с. 49].

Образ самого себе й самооцінка, що навіюються дитині, можуть бути як позитивними, так і негативними. Дитина може погоджуватися з думкою дорослих або відкидати її. Тепла, любовна поведінка батьків з дитиною приводить до поважного ставлення дитини до себе, і навпаки – відкидаюча поведінка батьків приводить до неприйняття дитиною себе, до низької самооцінки.

Здатність дитини бачити в собі позитивні якості, що особливо цінні в суспільстві, генетично пов'язана з її переживанням власної цінності для близьких дорослих. На цій основі і виникає механізм дії самооцінки, який робить «опір» будь-яким спробам зовнішнього середовища понизити рівень емоційно-ціннісного вставлення до себе. Тобто, коли дитина стикається з судженнями про себе, що протирічать її власним, вона завжди прагне до збереження цілісності свого Я і своєї самооцінки [20, с. 46-47]. Розвиток оцінного ставлення дошкільника до себе сприяє розширенню сфери цінностей внутрішнього світу і зростанню їх відповідності реальній поведінці дитини.

Останнім часом посилився інтерес сучасних науковців до проблем самосвідомості та самооцінки у дошкільному дитинстві. Про це свідчать дослідження таких науковців, як О. Байєр (розвиток саморегуляції старших дошкільників), М. Вовчик-Блакитна (передумови розвитку особистості в ранньому онтогенезі), Н. Дятленко (психологічні умови розвитку самоповаги дошкільників), С. Тищенко (емоційно-ціннісне ставлення до себе, рефлексія), Т. Титаренко (проблеми особистісного розвитку дошкільника) та ін.

Вивчаючи вікові та психологічні особливості формування самооцінки у дошкільному віці, О. Байєр, Т. Пироженко відзначають специфіку розвитку самосвідомості й самопізнання у дошкільників, яка полягає в тому, що:

- дошкільник усвідомлює свої фізичні можливості, уміння, моральні якості, переживання і деякі психічні процеси;

- поступово виникає критичне ставлення до оцінки дорослого і однолітка;

- оцінювання однолітка допомагає дитині оцінювати саму себе [4].

За даними Ж. Мельник, у самосвідомості старшого дошкільника розвиваються образ «Я», самооцінка та емоційно-ціннісне ставлення до себе і до інших людей, зокрема дорослих, сприяючи здійсненню її регулятивної функції [40, с. 8].

За А. Богуш, оцінка і самооцінка сприяє подальшому формуванню самосвідомості, дитина починає глибше усвідомлювати свої дії та вчинки, поведінку взагалі, намагається наблизитися до того ідеалу, який висувають і схвалюють дорослі. Вона докладає багато зусиль, щоб стати кращою, сильнішою, сміливішою, щоб оволодіти тими чи іншими навичками, вміннями [9, с. 33].

Важливі зміни відбуваються у особистісній сфері дитини: певною мірою стабілізується Я-образ, дитина починає розуміти незворотність своєї статі, поступово усвідомлює не лише фізичні, а й розумові можливості, відчуває свої права, зорієнтована на обов’язки; володіє арсеналом захисних механізмів; більш-менш знає свої переваги і слабкі сторони, активно реалізує можливості самовираження. Вона володіє певним словником, щоб розповісти про себе, свої почуття, плани і прагнення.

Новоутвореннями дошкільного віку, за свідченням Н. Дятленко, є розділення часткової і загальної самооцінки та зародження елементарних форм критичної самооцінки, поява здатності до емоційної децентрації [27].

У праці дослідниці О. Олійник виокремлено та проаналізовано загальну та часткову самооцінки дітей, і відзначено, що основним досягненням

дошкільного віку є відокремлення загальної самооцінки від часткової, діти вчаться розрізняти, коли оцінюють їх самих та їх поведінку, певні вчинки [47].

Типовою ситуацією є переважання завищеної самооцінки у дошкільників. Це підтверджують результати багатьох сучасних досліджень. Зокрема, у роботі О. Олійник доведено, що у старших дошкільників переважає висока самооцінка: висока загальна самооцінка власних особистісних якостей виявлена у 86,3% респондентів, часткова самооцінка мисленнєвої діяльності – у 90,4%, а низька не була виявлена взагалі [49, с. 8].

При цьому у дослідженні О. Олійник розкриваються такі особливості самооцінки старших дошкільників:

- початок самооцінювання пов’язаний з розвитком мисленнєвих операцій, що виражають в поняттях результати емоційно-оцінної роботи відносно самого себе;

- мислення забезпечує пізнавальні аспекти діяльності, яка, в свою чергу, виступає сферою прояву мислення людини;

- показником розвитку мислення дошкільників є поява стійкого інтересу до постановки логічних завдань (пізнавальна активність);

- успіх у вирішенні пізнавальних задач залежить не лише від ступеня оволодіння знаннями і прийомами мисленнєвої діяльності, але й від системи ставлень дитини до своєї діяльності та самої себе [49, с. 7].

У дослідженні М. Мішечкіної було розглянуто особливості самооцінки старших дошкільників та їх ставлення до труднощів. Вона довела, що характер ставлення (оптимістичне/песимістичне) до труднощів засвідчують емоційні та поведінкові реакції на них дошкільнят. Ці реакції варіювалися від зацікавленого пошуку правильного рішення, мобілізації та долання перешкод, вияву завзяття й наполегливості в досягненні мети (адекватна, позитивна самооцінка) до проявів розгубленості, роздратованості, дезорганізованості, зниження зацікавленості, відмови від подальшої роботи (занижена самооцінка).

Показниками адекватної самооцінки та адекватного рівня домагань, прагнення долати труднощі у дослідженні М. Мішечкіної слугувало вміння дошкільнят об'єктивно оцінювати свої досягнення, виявляти незалежність від оцінки дорослого, здатність покладатися на власний досвід, висловлювати неупереджені, правдиві судження щодо процесу і результату діяльності, прагнути досягати успіху [44, с. 7].

На думку В. Годонюк, діти з адекватною самооцінкою та високим рівнем домагань, проявляють високий рівень самоствердження. Дошкільнята, які високо оцінюють свої можливості та здібності, прагнуть до знань, легко встановлюють дружні відносини з оточуючими, впевнені у собі, швидко адаптуються до нового середовища, досягають більших успіхів, показують високий рівень особистісного розвитку. Відповідно, у таких дошкільників сформована адекватна самооцінка, вони проявляють високий рівень активності, легко встановлюють дружні відносини як з дорослими, так і з однолітками. Під час ствердження власного «Я» у соціумі, вони впевнені собі, високо оцінюють власні здібності та можливості, ставлять перед собою досяжну мету, що, у свою чергу, сприяє їх гармонійному особистісному розвитку [15, с. 95].

Вчена І. Гриценко висловлює думку, що дитина досягає значних успіхів, коли її хвалять. Дійсно, підтримка і сприятлива емоційна атмосфера дуже важливі для успішності будь-якого виду діяльності. Але не варто забувати і про те, що реальні результати праці повинні реально й оцінюватися, дітей потрібно привчати аналізувати свою роботу, засоби, які використовуються, та досягнуті результати [22, с. 146].

Також на розвиток самооцінки дошкільника впливають однолітки. Старший дошкільник у своїх товаришах бачить партнера, між ними виникає обмін оцінками, а на їх основі розвивається здатність бачити себе з позиції іншого. До своїх однолітків діти дошкільного віку вимогливіші та оцінюють їх об'єктивніше, ніж себе. Вони знаходять помилки в роботі товариша, водночас не помічають аналогічних у себе. Дошкільники оцінюють своїх

товаришів, насамперед, у тих видах діяльності, від яких залежить успішність їх взаємодії: в іграх, вмінні спілкуватися, в продуктивних видах діяльності [16, с. 206-207].

При цьому, як уточнює О. Олійник, найбільш негативний вплив на розвиток особистості дошкільника здійснює неадекватна занижена самооцінка або адекватна, наближена до заниженої самооцінка, оскільки вона гальмує активність, продукує розвиток невпевненості в собі, невміння ставити цілі й досягати їх [49, с. 6].

Отже, в дошкільному віці закладаються основи для формування емоційно-ціннісного ставлення дитини до себе та адекватної самооцінки, що становить міцне підґрунтя для подальшого позитивного самоусвідомлення і розвитку. При цьому переважання завищеної самооцінки є типовою ситуацією у дошкільників, адже діти зазвичай оцінюють себе зі слів найближчого оточення, а як відомо батьки схильні переоцінювати і перехвалювати своїх дітей. однак також у дітей, які недоотримали батьківської любові і турботи, виявляється занижена самооцінка.

В процесі розгляду специфіки розвитку самооцінки дітей дошкільного віку встановлено, що спочатку дитина вчиться усвідомлювати власні фізичні можливості, моральні якості. Далі у неї поступово виникає критичне ставлення до оцінки дорослого і однолітка. І коли дитина оцінює однолітка, вона поступово привчається проектувати процес оцінювання і на саму себе, що допомагає їй сформувати уявлення про себе, утворити певну самооцінку якостей, здібностей, вмінь, поведінки.

1.3. Психологічні особливості розвитку самооцінки дошкільників у роботі психолога і вихователя закладу дошкільної освіти

На становлення самооцінки дошкільника мають вплив певні зовнішні чинники. Першим чинником є дорослі, що перебувають поруч з дитиною, займаються її вихованням – батьки і сім'я, в якій зростає дитина [16, с. 203].

Провідна роль у формуванні самооцінки дитини дошкільного віку належить оцінкам дорослих, які діти отримують у спільній діяльності і спілкуванні з батьками і вихователем. Дошкільник у процесі спілкування отримує від інших значущу кількість регулюючих впливів: оцінок, зауважень, схвалень. Так у дитини нагромаджується інформація про те, що їй вдалося, а чого не слід було робити і вона більше усвідомлює свої можливості. У цьому віці формується її самооцінка. Це невід'ємний компонент і основа впевненої в собі, конкурентоспроможної дитини [63].

Дослідниця О. Олійник також відзначає, що головними умовами формування самооцінки старших дошкільників є оцінки значущих дорослих – батьків старших дошкільників та педагогів закладів дошкільної освіти [49, с. 15].

Самооцінка дитини має сильне емоційне забарвлення, і на думку Г. Гончаровської, залежить від схвалення дорослих. У процесі спілкування розвивається потреба дитини в довірі до дорослих і здатність відчувати їх емоційний стан. Дорослий для дитини – джерело інформації, фактор формування емоційної стабільності, відкритої комунікативної позиції у ставленні до інших і світу взагалі. Оцінюючи навіть своїх друзів, дитина просто повторює думку, яку вона почула про них від дорослих. Аналогічно це відбувається і при самооцінюванні – «Я хороший, тому що так каже мама» [16, с. 202-203].

У процесі спілкування з дорослими дошкільник отримує багато оцінок, зауважень, схвалень. Пізніше він самостійно починає висловлювати їх оточуючим його людям. Уявлення про себе, про свої можливості і вміння

стають більш чіткими та об’ємними. Якщо у дитини є хороший досвід спілкування з дорослими, то у п’ятирічному віці вона знає про свої вміння, має певне уявлення про пізнавальні можливості, особистісні риси, адекватно реагує на успіхи та невдачі [16, с. 203].

Шести-семирічний дошкільник вже може усвідомлювати свої фізичні, особистісні та розумові можливості, здатний оцінювати їх правильно. До кінця дошкільного віку самооцінка дитини, її оцінні судження про оточуючих поступово стають повнішими, глибшими, більш деталізованими. Такі зміни можна пояснити появою інтересу старших дошкільників до внутрішнього світу людей, переходом до особистісного спілкування, засвоєння важливих критеріїв оцінювальної діяльності, розвитком мислення та мови [16, с. 203].

Дослідниця Г. Гончаровська, вивчаючи дитячо-батьківські відносини, доходить висновку, що на становлення самооцінки дитини впливають установки батьків на її прийняття, на демократичні відносини з ними. Діти батьків з такими установками демонструють прискорений інтелектуальний розвиток, оригінальність, емоційну впевненість, хороший самоконтроль. Діти авторитарних батьків, як правило, бувають емоційно нестабільними, неслухняними, агресивними [16, с. 204].

Дослідниця Г. Гончаровська відзначає, що сприятливою умовою для формування адекватної самооцінки є точна і аргументована оцінка діяльності, поведінки дитини дорослими. Оцінка дорослого повинна відігравати стимулюючу роль, мобілізувати зусилля дитини на отримання результату [16, с. 202].

Великого значення у становленні самооцінки дитини дошкільного віку мають **педагогічні оцінки** з боку педагогів-вихователів у дитсадку. Головна людина у вихованні дошкільнят після батьків – це вихователь. Повноцінне виконання ним професійних обов’язків, усвідомлення своєї ролі у розвивально-виховному процесі – запорука успішного та ефективного формування особистості дошкільника. Для вихователя важливо не тільки

дати дітям певний обсяг знань, а й навчити їх самостійно розвиватися, будувати свої взаємини з дітьми на принципах співробітництва, взаємоповаги, взаємної довіри, доброзичливості. Особливості особистості самого вихователя мають важливе значення у створенні в групі сприятливого емоційного клімату для розвитку кожної дитини [16, с. 204].

Робота з дітьми дозволяє вихователю постійно спостерігати за ними. Спілкуючись та співпрацюючи з дитиною у різних видах діяльності, формах роботи, вихователь має змогу простежувати зміни у розвитку її особистості, підтримувати її, хвалити.

На думку Г. Гончаровської, вихователь повинен намагатися, щоб його педагогічне спілкування з дітьми було ефективним і спрямованим на їх розвиток. Воно може бути таким, що заохочує, припускає дбайливість і увагу до дитини, містить позитивні оцінки і вимоги, які підбадьорюють [16, с. 205].

В іншому разі формально-вимогливе ставлення педагога до дитини полягає в тому, що турбота дорослого має формальний характер і зводиться до контролю та керівництва. Оскільки переважають негативні оцінки, то ефективність формування самооцінки дошкільника низька: емоційну реакцію він не переносить на оцінюваний вчинок або дію, а вихователь, у свою чергу, не сприяє розвитку ініціативи дитини [16, с. 205].

За непослідовного типу ставлення педагога-вихователя до дитини спостерігаються неврівноважені і нестабільні вимоги дорослого до дошкільника, переважає відсутність контролю за виконанням своїх розпоряджень. Поведінку дітей такий вихователь оцінює ситуативно, занадто особистісно, спираючись не на вчинок, а на власні симпатії та антипатії. Дошкільнята намагаються заслужити прихильність вихователя, отримати його похвалу, але таке прагнення згасає, оскільки вони не одержують постійної підтримки: в одних ситуаціях він помічає і оцінює старання дітей, а в інших – ігнорує. Як наслідок – значення оцінок дорослого для дітей різко знижується, дошкільники уникають прямих контактів з ним, не виявляють

ініціативи і активності у спілкуванні. Спокійне звернення до дитини, слова заохочення позитивно впливають на становлення самооцінки у дошкільника.

Отже, переживання дитиною оцінки, зробленої дорослим, формується тільки в тому разі, якщо вона почуває себе об'єктом уваги та поваги з боку педагога. Позитивне ставлення вихователя до дитини визначає характер самооцінювальних переживань вихованців [16, с. 205-206].

Чим точніше і аргументованіше дорослі (батьки, педагоги) оцінюють діяльність дошкільника, тим сприятливішими будуть умови формування його самооцінки. Занижена оцінка дорослого має найбільш негативне значення, вона знижує самостійність та ініціативність дитини [16, с. 204].

Розглядаючи особливості психолого-педагогічної роботи вихователів і психолога ЗДО з розвитку самооцінки дошкільників, опираємося на погляди О. Кононко, Т. Піманської, О. Рейпольської, які вказують наступні напрями діяльності:

- *формування в дошкільників ціннісного самоставлення,* що одночасно є позитивним, рефлексивним і критичним. В цьому ставленні до себе мають відображатися «позитивне самоприйняття дитиною своєї статевої належності, доступна віку міра орієнтації у своєму внутрішньому світі та гуманна поведінка» [57, с. 143].

- *формування та розвиток самосвідомості* як здатності сприймати себе зі сторони, розуміти своє значення для інших; усвідомлення й оцінка свого ставлення до світу, себе як особистості, своїх вчинків, дій, думок, почуттів, бажань, інтересів ([35]).

Для цього вихователі разом із психологом ЗДО повинні приділяти увагу: збагаченню уявлень дошкільників про власні чесноти і вади; вихованню в них самоповаги, здатності довіряти власним можливостям; формуванню в дітей уміння поводитися самостійно, діяти конструктивно, відстоювати власну гідність у своїх діях та вчинках, обґрунтовувати власну думку, орієнтуватися на базові моральні цінності [57, с. 143].

- *застосування ефективних форм і методів психологічної роботи з дошкільниками, насамперед, ігрового методу, роботи з художніми творами, театралізації тощо.* За ствердженням О. Васильченко, ідея застосування гри як корекційно-розвивального методу полягає в особливостях психічного розвитку дитини, для якої провідною діяльністю виступає саме гра. Гра для дитини виступає як інтеріоризація соціального досвіду, так і репрезентація внутрішнього світу дитини, її емоційної і потребової сфери. Гра має великий потенціал щодо гармонізації соціальних стосунків дитини, відреагування негативних емоцій і встановлення контакту з близьким оточенням, сприяє подальшій соціалізації дитини [13, с. 90].

В процесі гри діти пізнають не лише ті предмети, з якими вони мають справу, ті людські дії, які вони відображають у грі, а й самих себе. Вони пізнають свої сили і можливості, оволодівають своїми рухами і діями, починають усвідомлювати себе суб'єктами діяльності. Усвідомлення дітьми цього віку своїх сил і можливостей виявляється в їх більшій самостійності у взаєминах із зовнішнім світом та іншими людьми [70, с. 437].

За ствердженням Т. Поніманської, у розвитку адекватної самооцінки дошкільника важливу роль повинна відігравати **робота із дитячою книжкою, із казками**, творами мистецтва. Запам'ятовуючи зміст художнього твору, казки у формі образів, дошкільник відтворює ці образи при організації гри, у своїх малюнках. Це свідчить про спрямованість дошкільника на активне сприймання змісту художніх творів. Він прагне бути діючою особою прослуханої казки, оповідання, вірша, беручи на себе роль, насамперед, позитивних і зовнішньо привабливих героїв, тих, до кого дорослий виявив свою прихильність [56, с. 3].

Дітям важливо, щоб позитивна оцінка була загальновизнаною. Тому і психолог, і педагог постійно слідкують за її формуванням. Психолог за допомогою спеціальних методик простежує рівень самооцінки дитини кожні півроку. При цьому, як зазначає І. Гриценко, результати є об'єктивними, якщо зрізи самооцінки дошкільнят роблять у різних умовах (умовах успіху

чи неуспіху) різними методиками з тим, щоб співставити і узагальнити ці результати [22, с. 146].

За заниженої самооцінки в роботі психолога і педагогів із дітьми можна використовувати такі прийоми:

– періодично організовувати успіхи дитини;

– під час розробки програми самовдосконалення суворо дотримуватися принципу поступовості;

– уникати критики і вислуховування незадоволення у випадку невдачі у досягненні поставленої етапної мети;

– не залучати дитину у змагання із товаришами, особливо із більш сильними;

– краще порадити йому змагатися із собою під девізом «сьогодні краще, ніж учора» [22, с. 146].

У разі завищеної самооцінки дошкільника в роботі психолога і педагога ДНЗ доцільно використати інші прийоми:

1) під час перевірки досягнутого дитиною рівня самоудосконалення періодично «організовувати невдачі» (запропонувати змагання із більш сильними товаришами);

2) із самого початку ставити перед ним складні завдання, щоб запобігти радощам «легкого» успіху;

3) обґрунтовано оцінити досягнення позитивного результату;

4) не порівнювати його досягнення із досягненнями слабких товаришів [22, с. 147].

Отже, на розвиток самооцінки дошкільників впливає низка чинників: провідна діяльність, яка змінюється з віком особистості; ступінь її успішності; характер спілкування з батьками, їх ставлення дітей, відчуття підтримки, захищеності; схвальне ставлення дорослих; фізичні дані, зокрема, зріст, фізична сила тощо.

Ефективними засобами психологічної роботи з формування адекватної самооцінки дошкільників є позитивне ставлення дорослих (батьків та

вихователів), їх схвалення якостей дітей. Також виділено такі напрями діяльності, що сприяють формуванню самооцінки дітей: формування в дошкільників ціннісного самоставлення; формування та розвиток їх самосвідомості; застосування ефективних форм і методів психологічної роботи з дошкільниками, насамперед, ігрового методу, роботи з художніми творами, театралізації тощо.

У роботі психолога з дошкільниками слід використовувати й елементи арт-терапії, зокрема, активну роботу з дитячою книжкою, із казками (читання, перетворення, інсценізація, проведення ігор-театралізацій за сюжетами казок); роботу з творами мистецтва – споглядання, аналізування, самостійне створення, декорування намальованого та ін. Залучаючи дітей до різних видів продуктивної діяльності, психолог має змогу активізувати дітей до спільних ігор, до налагодження відносин дошкільників у групі, забезпечити сприятливу атмосферу для взаємодії, що допомагає дітям засвоїти правила доброзичливого, ціннісного і поважного ставлення один до одного. Завдяки включенню несміливих дітей у групову роботу, проведення психологічних вправ і технік, доручення їм цікавих ролей в іграх, можна досягти підвищення їх самооцінки. Також використання спеціальних психологічних технік та рольових ігор допомагає засвоїти хвалькуватим дітям межі своїх можливостей, зрозуміти адекватність вияву самооцінки без перебільшень власних якостей і вмінь.

Висновки до розділу 1

На основі теоретичного аналізу особливостей розвитку самооцінки у дитини дошкільного віку сформовано такі висновки:

У психологічній науці найпоширенішим визначенням самооцінки є оцінювання людиною самої себе, своїх можливостей, ставлення до себе. При цьому самооцінка визначається за параметрами видів (загальна і часткова); якісної змістовної характеристики (адекватна і неадекватна: завищена і занижена); рівнів (високий, середній, низький). Також вказано, що самооцінка відноситься до пізнавальної форми прояву самосвідомості спільно з самовідчуттям, самоспостереженням, самоаналізом та самокритикою.

Компонентами самооцінки є когнітивний (знання людини про себе), мотиваційно-ціннісний (позитивне ставлення до процесу самооцінювання, потреба пізнання власного «Я»), практично-діяльнісний (система вмінь самооцінювання).

Дошкільний вік є сенситивним для формування самооцінки та самосвідомості дитини. Механізм формування самооцінки базується на тому, що спочатку дитина усвідомлює свої фізичні можливості, якості, вміння, потім у неї поступово виникає критичне ставлення до оцінки дорослого і однолітка. І вже на основі порівняння себе з однолітком, завдяки оцінюванню товариша дошкільник вчиться оцінювати самого себе. Так самооцінка сприяє подальшому формуванню самосвідомості, і дитина починає глибше усвідомлювати власні дії та вчинки, давати їм моральну оцінку.

Типовою ситуацією є переважання завищеної самооцінки у дошкільників, що пояснюється схильністю дитини думати про себе так, як зазвичай відзиваються про неї батьки. І це очевидно, адже дитина досягає значних успіхів, коли її хвалять. Однак дорослим у спробах похвалити дитину не слід забувати про важливість формування адекватної самооцінки

дошкільника, вчити його реально аналізувати свою роботу і досягнуті результати.

Також важливою є адекватна педагогічна оцінка вихователем дитини дошкільного віку. Не варто перехвалювати, але й не можна критикувати особистість дошкільника, слід привертати увагу до того, що в нього вийшло найкраще, мотивувати до вдосконалення своїх вмінь і навичок. Позитивне ставлення вихователя до дитини визначає характер самооцінювальних переживань вихованців.

Крім батьків та вихователя, які забезпечують найпершу авторитетну оцінку дитини, забезпечують потребу в турботі і любові, надають схвалення діям дитини, також на розвиток самооцінки дошкільника впливають однолітки. Старший дошкільник у своїх товаришах бачить партнера, між ними виникає обмін оцінками, а на їх основі розвивається здатність бачити себе з позиції іншого.

Важливими напрямами діяльності у роботі вихователя та психолога ЗДО з розвитку адекватної самооцінки дошкільників є: формування в дітей ціннісного самоставлення, що одночасно є позитивним, рефлексивним і критичним; формування у дитини самосвідомості як здатності сприймати себе зі сторони; застосування ефективних форм і методів психологічної роботи з дошкільниками, насамперед, ігрового методу, роботи з художніми творами, казками, ігор-театралізацій, інсценізацій казок, художньої діяльності тощо. Також слід залучати дітей до спільної творчої діяльності, спеціальних психологічних занять, де за допомогою рольових ігор, психологічних вправ, психоемоційних етюдів психолог має змогу позитивно вплинути на підвищення віри дошкільників у власні сили і можливості, забезпечити умови для розвитку високої адекватної самооцінки малят.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИКА ОРГАНІЗАЦІЇ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ РОЗВИТКУ САМООЦІНКИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Методика організації та стратегія проведення дослідження

Для вивчення психологічних особливостей самооцінки у дітей дошкільного віку організовано експериментальне дослідження, до якого входили констатувальний, формувальний і контрольний етапи. Під час підготовки та проведення експериментального дослідження реалізовано такі завдання:

1. Під час констатувального експерименту:

– проаналізували теоретичні засади проведення психодіагностичного опитування дошкільників, обрали методики для діагностики їх самооцінки, визначилися із вибіркою дітей, підготували бланки для опитування дошкільнят;

– провели опитування дітей старших груп «Морська» і «Космічна», а також їх батьків, опрацювали отримані результати;

– визначили психологічні особливості самооцінки у дітей старшого дошкільного віку;

– встановили зв'язок самооцінки дошкільників із батьківським ставленням;

2. Під час формувального експерименту:

– розробили програму психологічних занять з розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку;

– впровадили розроблену програму занять у роботу практичного психолога закладу дошкільної освіти із вихованцями старшої групи.

3. У межах контрольного експерименту:

– провели контрольне опитування дітей старшого дошкільного віку та їх батьків, порівняли отримані результати із даними констатувального опитування респондентів;

– на основі встановленої позитивної динаміки розвитку адекватної та оптимально високої самооцінки у дітей дошкільного віку визначили ефективність проведеної психологічної роботи за розробленою програмою психологічних занять з розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Вибірку опитуваних склали: діти старшого дошкільного віку 5-6 років у кількості 60 дітей – 30 вихованців у групі «Космічна» і 30 дітей в групі «Морська».

Процедура проведення дослідження передбачала індивідуальне опитування старших дошкільників із використанням обраних психодіагностичних методик, бланкове заповнення отриманих результатів психологом та дітьми, якісний та кількісний аналіз отриманих даних. Важливим аспектом проведеного діагностичного дослідження було встановлення довірливого контакту з дітьми, ми приділили цьому надзвичайну увагу. При проведенні опитування дітей старшого дошкільного віку відзначили, що вихованці із адекватною та завищеною самооцінкою охоче брали участь у діагностичних процедурах, сміливо і впевнено виконували пропоновані завдання, але близько третини дітей були несміливими, соромилися спілкуватися із психологом, замикалися в собі.

Для налагодження продуктивного контакту та включення дошкільників у діагностичну процедуру ми проводили з ними ввідні бесіди, пропонували пограти у гру з використанням зображень драбинки (для методик 1 та 2), розглянути фото всіх вихованців групи (для методики 3). Ми стимулювали дітей до творчого використання пропонованих предметів та фото, запитували, де бувають сходи, що можна зробити за їх допомогою; запитували, хто із однолітків дружній до них, з ким би вони хотіли погратися

тощо. Після встановлення індивідуального контакту із кожним опитуваним вихованцем ми пропонували дитині завдання діагностичної методики. Таким чином ми досягли уваги дітей до діагностичного матеріалу і змогли встановити контакт із всіма старшими дошкільниками.

Після отримання всіх результатів опитування дітей ми проаналізували відомості щодо психологічних особливостей самооцінки хлопчиків та дівчаток старшого дошкільного віку з допомогою якісного та кількісного аналізу даних. Із застосуванням методів математичної статистики та програмного забезпечення Microsoft Excel, визначення середніх арифметичних значень, процентних співвідношень та ін. встановили наявність зв'язку самооцінки дошкільників із батьківським ставленням. Отримані результати експериментального дослідження представили за допомогою табличної і графічної форми відображення.

2.2. Психодіагностичні методики дослідження розвитку самооцінки дошкільників

Під час експериментального дослідження використано такі **психодіагностичні методики:**

– методика «Сходинки» (В. Щур);

– методика визначення самооцінки дошкільника (Т. Дембо-С. Рубінштейн, в модифікації В. Щур);

– методика «Вивчення самооцінки та оцінки особистісних якостей дітей групи» (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна);

– «Дослідження самооцінки дітей шляхом спостереження в різних видах діяльності» (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна);

– Тест для батьків дошкільників «Яка моя дитина?» (Л. Тарабасова).

Коротко розкриємо особливості використання обраних діагностичних методик та процедуру обробки результатів за ними.

Методика «Сходинки» (В. Щур) має на меті вивчення особливостей самооцінки дошкільників. Стимульний матеріал – зображення сходів із 7 сходинок.

Під час індивідуального опитування ми пропонували дитині аркуш із намальованими на ньому сходами і пояснювали значення сходинок. Було важливо простежити, чи правильно зрозуміла дитина пояснення. Посередині сходів ми розміщували фігурку дитини (для зручності з паперу може бути вирізана фігурка хлопчика або дівчинки, яку можна ставити на драбинку залежно від статі опитуваної дитини). Зачитували дитині інструкцію: «Подивися на цю драбинку. Бачиш, тут стоїть хлопчик (дівчинка). На сходинку вище ставлять хороших дітей, чим вище сходинка – тим кращі діти, а на найвищій сходинці – найкращі діти. На сходинку нижче від фігурки ставлять не дуже хороших дітей, ще нижче – ще гірших, а на найнижчій сходинці перебувають найгірші діти. На яку сходинку ти сам себе поставиш? А на яку сходинку тебе поставлять батьки (мама)?». У разі необхідності ми повторювали пояснення та інструкцію. Після цього задавали питання, а відповіді дітей записували.

Під час обробки результатів скористались трактуванням місця розташування дошкільника на сходах, визначеним у методиці В. Г. Щур:

1–3 сходинки – низький рівень самооцінки (занижена);

4–7 сходинки – середній рівень самооцінки (адекватний, правильний);

8–10 сходинки – високий рівень самооцінки (завищена самооцінка).

Вважається нормою, якщо діти старшого дошкільного віку ставлять себе на сходинку «дуже хороші діти» і навіть «найкращі діти». У будь-якому разі це повинні бути верхні сходинки, оскільки розташування на будь-яку з нижчих сходинок (а вже тим більше на найнижчу) говорить не про адекватну оцінку, але про негативне ставлення до себе, невпевненість у власних силах.

Про ставлення батьків до дитини та про їх вимоги до дошкільника повідомляють відповіді на питання про те, куди їх поставлять дорослі – тато, мама. Для нормального, комфортного самовідчуття, яке пов’язано з появою

почуття захищеності, важливо, щоб хтось із дорослих поставив дитину на найвищу сходинку. Це свідчить про те, що дитина впевнена в любові дорослого, відчуває себе захищеною, що необхідно для нормального розвитку в цьому віці.

Методика визначення самооцінки дошкільника (Т. Дембо-С. Рубінштейн, в модифікації В. Щур) має на меті діагностику різних сфер життєдіяльності дитини.

Під час індивідуального опитування ми пропонували дитині шість зображень сходів (драбинка з п'яти сходинок), де верхня сходинка – позитивна оцінка, а нижня – негативна. Просили відзначити хрестиком на кожній драбинці своє місце «серед усіх людей» за рівнями відповідно «здоров'я», «розуму», «характеру», «краси», «доброти», «щастя». Для кращого розуміння дітьми інструкції пропонували потренуватися на шкалі «здоров'я», і її результати до загальних відомостей про самооцінку дошкільника надалі не використовували.

Загалом, за ствердженням авторів методики, для дошкільника сприятливі завищені самооцінки з різних позицій за всіма рівнями (найрозумніший, найкрасивіший). Низькі самооцінки характеризують наявність внутрішньоособистісних і міжособистісних конфліктів у дитини.

Для визначення рівня самооцінки ми користувалися такою шкалою:

1–2 сходинки – низька оцінка;

3–4 сходинки – середня, нормальна самооцінка;

5 сходинка – завищена самооцінка.

На основі узагальнення отриманих результатів ми робили висновок про загальний рівень самооцінки дошкільників.

Методика «Вивчення самооцінки та оцінки особистісних якостей дітей групи» (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна) призначена для діагностики оцінювання дошкільником сформованості зовнішніх, моральних і вольових якостей, навичок практичної діяльності у себе та у своїх товаришів (однолітків).

Попередньо ми підготували всі фотокартки вихованців старшої групи та три іграшкових будиночки. Опитування проводили індивідуально, пропонуючи дитині 4 серії завдань, відповідно до яких дошкільник має оцінити нову якість (характеристику) у себе та своїх однолітків.

Перед дослідженням розкладали на столі фотографії всіх дітей групи, в тому числі і фотографію опитуваної дитини, і ставили 3 іграшкових будиночки. Дошкільнику пропонували відібрати в одну стопку, наприклад, фотографії найдобріших дітей (пояснювали – це ті діти, які діляться гостинцями з іншими, дають погарти своїми іграшками, не ображають друзів, поступаються місцем у грі), а в іншу стопку – фотографії дітей «не дуже добрих» (пояснювали, що це діти, які не діляться гостинцями з іншими, не дають погарти своїми іграшками, ображають друзів, не поступаються місцем у грі). Фотографії дітей, які тільки «іноді бувають добрими», опитувана дитина мала складати у третю стопку. Власну фотографію дитина сама повинна покласти в одну з стопок, залежно від самооцінки, даної за тією чи іншою якістю. Кожна дитина розкладала фотографії 4 рази. Кожна стопка фотографій поміщалася у відповідному іграшковому будиночку. Після того, як ми фіксували результати, всі фотографії знову розкладали на столі і пропонували виконати завдання наступної серії.

Перша серія – оцінюються зовнішні якості, які безпосередньо сприймаються дітьми: зовнішня привабливість, життєрадісність, фізична сила.

Друга серія – оцінюються моральні якості: вміння дружно грати, не битися, не жалітися дорослим на інших, доброта, чуйність.

Третя серія – оцінюються вольові якості: вміння довести справу до кінця, прийти на допомогу товаришеві.

Четверта серія – оцінюються якості, що забезпечують дитині успіх у тій чи іншій діяльності: навички і вміння, від яких залежить успішність навчальної, ігрової діяльності, образотворчої, музичної, конструктивної діяльності.

Результати оцінки кожною дитиною всіх дітей групи і самої себе за виділеними якостями заносили в таблицю. Дітям, які мають, на думку опитуваного дошкільника, яскраво виражені ті чи інші позитивні якості, ставили оцінку +1. А дітям, яких він наділяв негативними якостями, -1. Те саме відноситься і до нього самого.

За результатами опитування визначали адекватну, завищену і занижену самооцінку:

-1 – занижена самооцінка (не дуже добрий чи не дуже чуйний, не умілий тощо);

1 – адекватна самооцінка (в більшості випадків відповіді «добрий» та «іноді добрий», «майже завжди вміє доводити справу до кінця» тощо);

+1 – завищена самооцінка («завжди найкращий», «досконало вміє малювати, конструювати, гратися, навчатися» тощо).

Сума позитивних і негативних оцінок, які дає опитувана дитина одноліткам (іншим вихованцям групи), є особистісною характеристикою самої опитуваної дитини: так виражається ступінь її доброзичливості у ставленні до однолітків. Обчислювали коефіцієнт доброзичливості за сумою позитивних балів, що припадають на одну дитину.

Дослідження самооцінки дітей шляхом спостереження в різних видах діяльності (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна) передбачає визначення рівня самооцінки та домагань дитини дошкільного віку у різних видах діяльності.

Дослідження самооцінки дитини за цією методикою включає 3 серії, які проводили послідовно з інтервалом в 2-3 дня індивідуально з дітьми старшого дошкільного віку.

Обладнання до проведення методики ми готували заздалегідь: для першої серії завдань – картки із візерунками трьох ступенів складності (легкі, складні, важкі) по 3 в кожному наборі, папір, 6 кольорових олівців. Для другої серії – сюжетні картинки, де: дитина розставляє стільці; витирає стіл; пере рушничок. Також підготували матеріал для виконання відповідних

трудових доручень. І для 3 серії потрібні були кубики різної висоти, що відповідають віку дітей.

Перша серія завдань передбачала – малювання з 2 серій:

1 ситуація – дитині пропонували намалювати картинку і пояснювали, що якщо малюнок вийде гарний, його візьмуть на виставку. По закінченні роботи дитину запитували: «Як ти вважаєш, твій малюнок вийшов красивим? Його можна взяти на виставку? Чому ти так думаєш?».

2 ситуація – дитині говорили: «Тут лежать картки з візерунками. Тобі потрібно намалювати якісь з них. Які саме – вибери сама». Дитині пояснювали, що картинки розрізняються за рівнем складності, і якщо вона малює не дуже добре, то хай вибере візерунки середнього або легкого ступеня складності.

Друга серія – трудова діяльність:

1 ситуація – дитині показували сюжетні картинки і пояснювали: «Діти трудяться. Розставити стільці найпростіше. Протирати столи – складніше, тому що потрібно вміти намочити і викрутити ганчірку. Але найскладніше – прати рушник: необхідно випрати так, щоб він став чистим. З яким дорученням ти зміг (змогла) б впоратися? Чому ти так вважаєш?»

2 ситуація – дитині говорили, що потрібно навести порядок в груповій кімнаті, потім повторювали ту ж інструкцію, що і в першій ситуації. Пропонуючи вибрати доручення, з якими вона впорається, запитували, чому дитина вибрала саме це доручення. Потім дитина трудиться самостійно. Після закінчення роботи ми пропонували їй оцінити результат і обґрунтувати свою оцінку.

Третя серія – рухові вправи. Ми складали 3 доріжки з високих, середніх і низьких кубів. Дитині необхідно було пробігти однією доріжкою і перестрибнути через кубики, якою доріжкою бігти – нехай вибере сама – легкою, складнішою або найбільш складною. «Якщо ти стрибаєш погано, вибери легку доріжку; якщо ти стрибаєш добре – вибери найскладнішу». Упевнившись, що дитина зрозуміла інструкцію, пропонували їй виконати

завдання. Потім вона повинна була оцінити свою якість виконання і обґрунтувати власну оцінку.

У процесі обробки результатів визначали самооцінку в різних видах діяльності: нестійка, стійка, занижена, завищена, адекватна. Аналізували, чи відповідає передбачувана самооцінка тим вмінням, що властиві для дошкільника.

Тест для батьків дошкільників «Яка моя дитина?» (Л. Тарабасова) призначений для виявлення ставлення батьків до своєї дитини, розуміння її кращих рис особистості.

Ми пропонували батькам вихованців старших груп написати 10 епітетів, які відображають особливості їх дитини, а потім оцінити кожну якість знаком «плюс» чи «мінус» на свій розсуд.

Обробку результатів здійснювали шляхом підрахунку плюсів і мінусів, позначених напроти характеристик дітей, даних їх батьками. Порівнювали отримані дані із запропонованою Г. Тарабасовою шкалою:

- якщо після підрахунку «плюсів» не менше 8, у ставленні батьків до дитини все нормально. Вони люблять її, намагаються приймати такою, якою вона є;

- якщо немає жодного «мінуса», це вказує на «сліпу любов», яка не допоможе дитини звільнитися від її вад. Спочатку потрібно їх визнати.

- якщо результат 50 на 50, прийняття батьками своєї дитини можна поставити під сумнів. Адже вважати свою дитину наполовину поганою можуть або критично налаштовані батьки, або ті, які недостатньо її люблять.

На думку Г. Тарабасової, «якщо батьки бачать тільки певні сторони своєї дитини, то ні про яку любов не може бути мови. Батьки визначають вади своєї дитини для того, щоб з ними боротися, не підозрюючи, що в цій боротьбі можна втратити головне – любов і відкритість дитини» [64, с. 21].

Для опитування батьків ми пропонували їм заповнити бланки опитувальників, які давали додому, запрошуючи прийняти участь у

психологічному дослідженні та запитуючи, чи цікавляться вони питанням впливу оцінки дорослих на самооцінку дитини.

Після отримання всіх результатів опитування дітей та їх батьків ми проаналізували відомості щодо психологічних особливостей самооцінки дітей старшого дошкільного віку.

Висновки до розділу 2

Для вивчення психологічних особливостей самооцінки у дітей дошкільного віку організовано експериментальне дослідження, до якого входили констатувальний, формувальний і контрольний етапи. Описано структуру виконаної роботи відповідно до мети і завдань цих етапів. Під час констатувального експерименту: проведено опитування дітей старших груп «Морська» і «Космічна», а також їх батьків, опрацьовано отримані результати; визначено психологічні особливості самооцінки дітей; встановили зв'язок самооцінки дошкільників із батьківським ставленням.

В процесі опитування респондентів використано такі психодіагностичні методики: «Сходинки» (В. Щур); «Методика визначення самооцінки дошкільника» (Т. Дембо-С. Рубінштейн, в модифікації В. Щур); «Вивчення самооцінки та оцінки особистісних якостей дітей групи» (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна); «Дослідження самооцінки дітей шляхом спостереження в різних видах діяльності» (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна); тест для батьків дошкільників «Яка моя дитина?» (Л. Тарабасова).

Під час формувального експерименту: розроблено і впроваджено програму психологічних занять з розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку. У межах контрольного експерименту: проведено контрольне опитування дітей та їх батьків, порівняно отримані результати констатувального та контрольного етапів; визначено ефективність проведеної психологічної роботи за розробленою програмою психологічних занять з розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Процедура дослідження включала опитування дітей та їх батьків, визначення психологічних особливостей самооцінки у старших дошкільників та встановлення ефективності впливу розробленої програми психологічних занять з розвитку самооцінки дітей.

Якісний та кількісний аналіз психологічних особливостей самооцінки дошкільників та вплив батьківського ставлення на розвиток самооцінки дітей старшого дошкільного віку представлено у наступному розділі.

РОЗДІЛ 3. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ САМООЦІНКИ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

3.1. Аналіз результатів дослідження психологічних особливостей розвитку самооцінки дітей старшого дошкільного віку

Представимо отримані результати опитування дітей дошкільного віку та їх батьків за обраними психодіагностичними методиками. Першою було проведено методику «Сходинки» (В. Щур), за якою ми встановлювали показники оцінки дошкільниками самих себе і відображеної оцінки (самооцінки дитини очима її батьків, мами, на думку самого дошкільника). Зауважимо, що для формування адекватної самооцінки дошкільника необхідною є не тільки оцінка ним самого себе, а й позитивна оцінка дитини батьками, найбільш важливими людьми у житті дитини. Саме тому при дослідженні самооцінки дошкільників приділяємо увагу й відображеній оцінці – тому, як уявляє дитина оцінку себе, дану їй батьками. Представимо отримані результати за допомогою рис. 3.1.

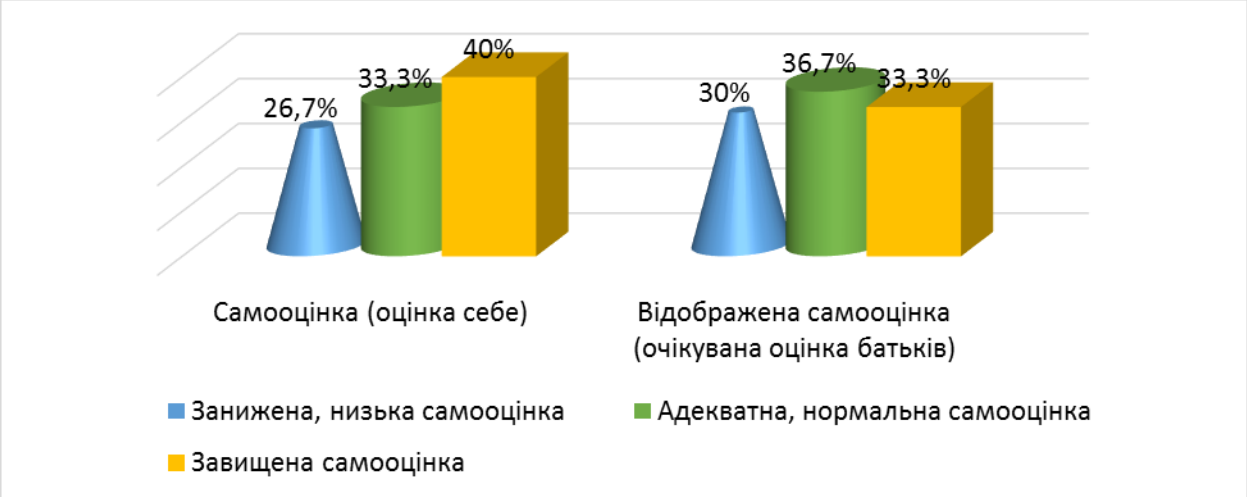


Рис. 3.1. Прояви самооцінки старших дошкільників за методикою В. Щур

За результатами опитування дошкільників завищену самооцінку мають 40% дітей, що відповідає загальновіковим характеристикам самоставлення

вихованців старших груп. Ці діти поставили себе на найвищу або наступну за найвищою сходинки, пояснили, чому саме вони найкращі, сміливі, вмілі, красиві, гарні тощо.

Для третини дітей характерна адекватна самооцінка і середні позиції на сходинках між хорошими і гіршими дітьми (33,3%). Ці дошкільники вказували, що звичайно вони хороші, однак іноді бешкетують, поводяться неправильно, втрапляють у різні ситуації, за які їм буває соромно.

Частина дітей (26,7%) отримали низькі результати самооцінки, що свідчить про занижений її рівень. Ці вихованці мало пояснювали свою позицію на сходинках, обираючи 1-3 сходинки, вони переважно мовчали. Частина дітей, які мають занижену самооцінку, проаналізували свою поведінку і вказали, що поводяться погано, б'ються з однолітками, дражнять інших. Ще одна дівчинка, поставивши себе на 3 сходинку, пожалілася, що вона нічого не вміє, у неї «не виходить малювати так гарно, як у Ксюші, співати так, як це робить вихователька» тощо.

Також ми проаналізували думки дошкільників щодо того, як би їх оцінили батьки (мама), на яку сходинку між гарними і гіршими дітьми поставили. За відповідями дітей встановили, що третина дошкільнят мають завищену самооцінку, вони вважать, що батьки їх дуже люблять, а тому поставлять на найвищі 8-10 сходинки. Така думка зустрічається у 33,3% дошкільників. Ще 36,7% дітей мають думку про адекватну самооцінку батьками поведінки та особистості дошкільнят. Ці діти ставили фігурку хлопчика чи дівчинки, яка уособлювала опитувану дитину, на 4-7 сходинки.

Однак 30% дітей старшого дошкільного віку вважають, що батьки низько оцінюють їх здібності, поведінку і їх самих, а тому поставили фігурки на 1-3 сходинки. При цьому тільки половина з цих дітей пояснювали свої дії, вказували, що «мама налаяла за розбиту чашку», «тато сварився, що я нічого не вмію» тощо. За нашими спостереженням, дошкільники дуже вразливі до найменшої критики, і навіть незначні слова дорослих щодо того, що «так чинити не можна, це погано», вони можуть віднести на свій рахунок. Тому

дорослим потрібно стежити, щоб критики і осуду дітей було поменше, вчити дошкільників правильно поводитися і сприймати окремі невдачі дітей як тимчасове явище, не «навішуючи ярликів невдахи» на маленьких дослідників.

При цьому детальніше аналізуючи результати опитування дітей старшої групи «Морська» і «Космічна», отримано такі дані щодо їх самооцінки (табл. 3.1.).

Таблиця 3.1

Прояви самооцінки вихованців старших груп ЗДО за методикою В. Щур

Рівні самооцінки	Всього (60 дітей)		ЕГ «Морська» (30 дітей)		КГ «Космічна» (30 дітей)	
	дітей	%	дітей	%	дітей	%
Самооцінка (оцінка себе)						
Занижена, низька самооцінка	16	26,7%	10	33,3%	6	20%
Адекватна, нормальна самооцінка	20	33,3%	8	26,7%	12	40%
Завищена самооцінка	24	40%	12	40%	12	40%
Відображена самооцінка (очікувана оцінка батьків)						
Занижена, низька самооцінка	18	30%	11	36,7%	7	23,3%
Адекватна, нормальна самооцінка	22	36,7%	8	26,7%	14	46,7%
Завищена самооцінка	20	33,3%	11	36,7%	9	30%

Аналізуючи самооцінку дітей ЕГ «Морська» помічаємо, що 40% з них мають завищену самооцінку, у 26,7% встановлено адекватну самооцінку, а решта 33,3% мають занижену. Серед дітей КГ «Космічна» більшість мають завищену самооцінку (40%), ще 40%– адекватну і решта 20% – низьку, занижену. Таким чином, завищена самооцінка властива для однакової кількості вихованців груп «Морська» та «Космічна» (по 40%). Проте адекватна самооцінка більш властива для дітей КГ «Космічна» (на 13,3%), а занижена – для вихованців ЕГ «Морська» (на 13,3%).

Щодо відображеної оцінки батьків – помічаємо дещо змінені результати опитування дітей КГ та ЕГ. На думку 36,7% дошкільників ЕГ «Морська», їх високо оцінюють, ще близько третини дітей (26,7%) вважають, що їх адекватно оцінюють тато і мама, а решта вважають, що батьки їх

оцінюють як поганих, гірших за інших дітей. При цьому низьку оцінку батьків назвали 36,7% хлопчиків, що на 3,4% більше, ніж вихованців із низькою самооцінкою. Це певною мірою вказує на причину заниженої самооцінки дошкільників ЕГ «Морська», яких низько оцінюють вдома батьки, критикують та сварять за різні вчинки, намагаючись тим самим досягти виправлення поведінки чи рис характеру.

На думку 30% дітей КГ «Космічна», батьки їх високо оцінюють, люблять, кажуть, що вони найкращі, найкрасивіші, найвміліші тощо. Ще 46,7% дітей вказують на адекватну оцінку з боку батьків і решта 23,3% – відзначають занижену самооцінку, яку їм дають тато й мама. Порівнюючи ці результати з даними самооцінювання, помічаємо, що дошкільники КГ вище оцінюють себе, ніж це роблять їх батьки, однак занижена самооцінка виявляться в подібної кількості дітей як з особистої позиції самооцінювання, так і з відображеної позиції самооцінки батьками.

Відповідно до проаналізованих даних відзначено, що третина дітей старшого дошкільного віку мають занижену самооцінку, на яку значно впливають ставлення батьків, прийняття дітей у сімейному колі, критика поведінки та вчинків дошкільнят. Завищена самооцінка властива для 40% дошкільників, адекватна, нормальна самооцінка властива для третини дітей старшого дошкільного віку. Відзначимо, що третину дошкільнят варто залучати до психокорекційної роботи з підвищення самооцінки, формування її позитивного прояву, і ще близько третини дітей серед опитаних потребують психологічної діяльності з оптимізації розвитку їх адекватної самооцінки.

Використовуючи «Методику визначення самооцінки дошкільника» (Т. Дембо-С. Рубінштейн, в модифікації В. Щур), отримали відомості щодо самооцінки таких сфер життєдіяльності, як «розум», «характер», «краса», «доброта», «щастя» (загальне емоційне благополуччя, самовідчуття). Наочно результати опитування дітей за шкалами методики представлено на рис. 3.2.

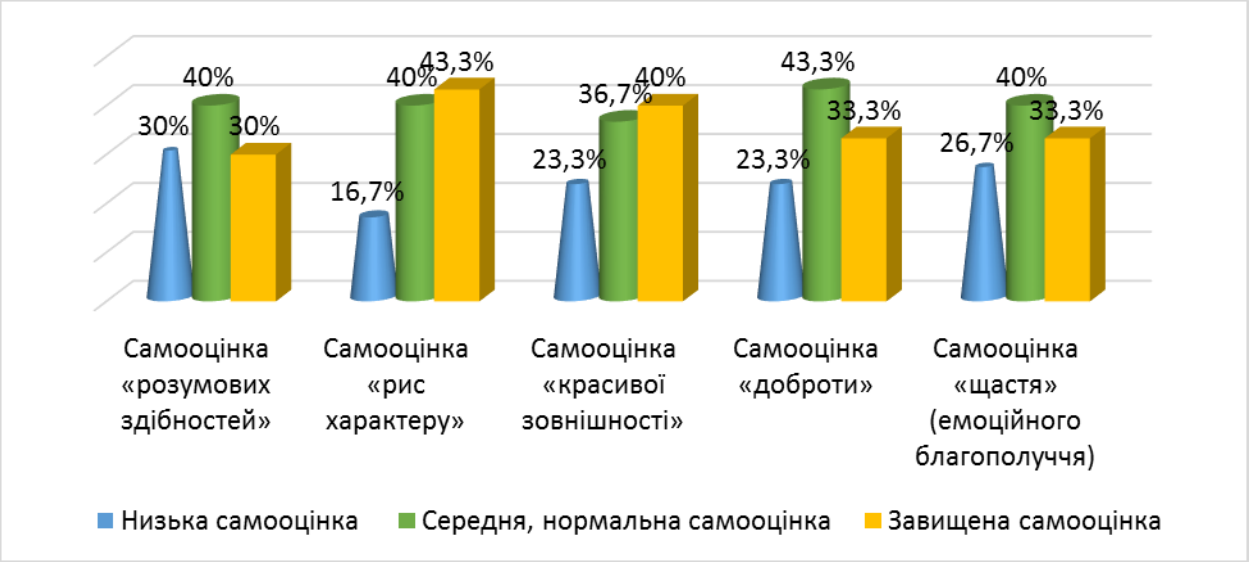


Рис. 3.2. Самооцінка різних характеристик дошкільників за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн

Відповідно до даних опитування дошкільників встановлено перевагу середньої, адекватної самооцінки розумових здібностей у 40% дітей, проте ще по 30% вихованців мають як завищену, так і занижену самооцінку свого розуму, інтелектуальних здібностей.

За рисами характеру більшість дошкільнят вказують, що «я хороший», «я найкращий», завищену самооцінку характеру дають 43,3% дітей, і для 40% вихованців характерна середня адекватна самооцінка. Однак ще 16,7% дітей мають занижену самооцінку, відносять себе до «поганих дітей».

Щодо красивої зовнішності – то 40% дошкільників вважать себе найкрасивішими і мають завищену самооцінку, для 36,7% дітей властива адекватна самооцінка, а 23,3% дітей або не зважають на красу (не вважають її важливою для дружби з іншими дітьми, для гарних взаємин з оточуючими), або вважають себе некрасивими дітьми.

За самооцінкою доброти 33,3% дошкільнят відносять себе до найдобріших людей, а тому мають завищену самооцінку. Ще 43,3% дошкільнят мають середню, адекватну самооцінку. А 23,3% дошкільників відверто зізнаються, що вони недобрі, можуть вдарити когось, образити, посміятися над товаришем, а тому віднесли себе до злих дітей, які мають занижену самооцінку доброти. Щодо

самооцінки щастя (емоційного благополуччя) – то більшість дітей мають середню, нормальну самооцінку (40%), для третини дошкільнят (33,3%) властива висока задоволеність собою, стосунками з товаришами, вони мають гарне самопочуття і задоволені життям. Ці дошкільники мають завищену самооцінку щастя. І решта 27,6% дітей мають занижені показники відчуття щастя, не задоволені собою, не відчувають емоційного благополуччя.

Таким чином, близько третини дошкільників мають занижені показники самооцінки, що стосуються розумових здібностей, рис характеру, красивої зовнішності, доброти, відчуття щастя. Це вказує на потребу проведення з ними психологічної роботи з оптимізації їх самооцінки.

Представимо детальніше результати опитування вихованців ЕГ «Морська» та «Космічна» дошкільного віку за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн (табл. 3.2).

Таблиця 3.2.

Самооцінка різних характеристик вихованців старших груп ЗДО за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн

Сфери життєдіяльності	Рівні самооцінки	Всього (60 дітей)		ЕГ «Морська» (30 дітей)		КГ «Космічна» (30 дітей)	
		дітей	%	дітей	%	дітей	%
Самооцінка «розумових здібностей»	Низька самооцінка	18	30%	10	33,3%	8	26,7%
	Середня, нормальна самооцінка	24	40%	12	40%	12	40%
	Завищена самооцінка	18	30%	8	26,7%	10	33,3%
Самооцінка «рис характеру»	Низька самооцінка	10	16,7%	8	26,7%	2	6,7%
	Середня, нормальна самооцінка	24	40%	10	33,3%	14	46,7%
	Завищена самооцінка	26	43,3%	12	40%	14	46,7%
Самооцінка «красивої зовнішності»	Низька самооцінка	14	23,3%	7	23,3%	7	23,3%
	Середня, нормальна самооцінка	22	36,7%	12	40%	10	33,3%
	Завищена самооцінка	24	40%	11	36,7%	13	43,3%
Самооцінка «доброти»	Низька самооцінка	14	23,3%	8	26,7%	6	20%
	Середня, нормальна самооцінка	26	43,3%	13	43,3%	13	43,3%
	Завищена самооцінка	20	33,3%	9	30%	11	36,7%
Самооцінка «щастя» (емоційного благополуччя)	Низька самооцінка	16	26,7%	8	26,7%	8	26,7%
	Середня, нормальна самооцінка	24	40%	14	46,7%	10	33,3%
	Завищена самооцінка	20	33,3%	8	26,7%	12	40%

Розумові здібності на найвищому рівні оцінюють 26,7% дітей ЕГ «Морська» та 33,3% дітей КГ «Космічна». Адекватну самооцінку розумових здібностей мають по 40% дітей обох опитуваних груп. А занижена самооцінка спостерігається більшою мірою у вихованців ЕГ (на 6,7%), ніж у дітей КГ. Таким чином, вихованці КГ «Космічна» володіють переважно завищеною та середньою, адекватною самооцінкою розумових здібностей (40% і 33,3%), а діти ЕГ «Морська» мають середню та занижену самооцінку (40% і 33,3% відповідно).

За самооцінкою рис характеру більшість вихованців ЕГ та КГ мають завищені показники (40% і 46,7% відповідно), вони вважають себе найкращими, хорошими, такими, що поводяться гарно всюди і завжди. Ще третина дітей ЕГ та значна частина дітей КГ мають середню, нормальну самооцінку рис характеру (33,3% та 46,7%). Але є й діти, які вказували, що вони погані, відносили себе до найгірших, пояснюючи це негарними вчинками (кривлянням, ображанням інших, жадібністю), неуважністю і бешкетливістю під час занять тощо. Занижену самооцінку рис характеру мають 26,7% вихованців ЕГ «Морська» та 6,7% дітей КГ «Космічна».

Красива зовнішність дуже важлива для дітей дошкільного віку, зокрема, 43,3% дітей КГ «Космічна» мають завищену самооцінку своєї краси, вони відносять себе до найкрасивіших, найвродливіших. Серед дітей ЕГ «Морська» на найвищу сходинку себе поставили 36,7% вихованців. Нормальна, адекватна самооцінка за шкалою краси притаманна для 40% дітей ЕГ та 33,3% дітей КГ. А занижена самооцінка – виявляється в подібної кількості дітей – по 23,3% вихованців ЕГ та КГ. Ці діти поставили себе на нижчі сходинки за шкалою і вважають себе некрасивими людьми. При обговоренні такої позиції дівчатка вказували, що вони некрасиві, бо «Діана красивіша», бо «мама каже, що я звичайна, але не найкрасивіша». А хлопчики або не пояснювали своїх рішень, або відповідали «не знаю», «я так думаю».

За проявами доброти більшість дошкільників (як хлопчиків, так і дівчаток) мають адекватну самооцінку (по 43,3% вихованців ЕГ та КГ), вони поставили себе на середню сходинку між найдобрішими та злими дітьми. Завищену самооцінку мають 30% дітей ЕГ та 36,7% дітей КГ, як відзначають, що дуже добрі, можуть віднести себе до найдобріших людей у світі. Занижена самооцінка проявляється у 26,7% вихованців ЕГ «Морська» та 20% дітей КГ «Космічна». Ці діти вказували, що можуть вдарити однолітків, ображати маленьких дітей, два хлопчики сказали, що вони «дуже сильні, билися за іграшку із Захаром», «порвали малюнок Іринки» тощо.

За останньою шкалою відчуття щастя близько третини дошкільників віднесли себе до найщасливіших людей (26,7% дітей ЕГ та 40% дітей КГ), вони відчувають емоційне благополуччя, перебувають у гармонійних стосунках з оточуючими, задоволені самопочуттям та взаєминами із однолітками, батьками, вихователем тощо (за результатами бесід-обговорень щодо позиції на сходинках за цією шкалою). Ще 46,7% дітей ЕГ та 33,3% дітей КГ мають нормальну, адекватну самооцінку щастя та емоційного благополуччя, виділяють середню позицію на шкалі між найщасливішими і нещасними людьми. Багато дітей, які вказували на завищені та нормальні показники щастя, коментували свою позицію на шкалі між щасливою та нещасливою людиною загальними, глобальними відчуттями («задоволений собою, своїми батьками», «батьки мене люблять і я їх люблю», «у мене є гарний друг» тощо).

Однак для 26,7% дітей і ЕГ «Морська» і КГ «Космічна» властиві занижені самооцінки за цією шкалою. Діти мало пояснювали свій стан «не щастя», тільки декілька дошкільників сказали, що «мама лаяла» і «нещодавно захворів, було боляче, боюся уколів». Отже, відчуття щастя та емоційного благополуччя у дітей дошкільного віку залежить від багатьох факторів і передусім від стосунків із батьками, значимими дорослими.

Узагальнюючи результати опитування дітей старшого дошкільного віку за методикою Т. Дембо–С. Рубінштейн, ми можемо їх унаочнити за допомогою рис. 3.3.

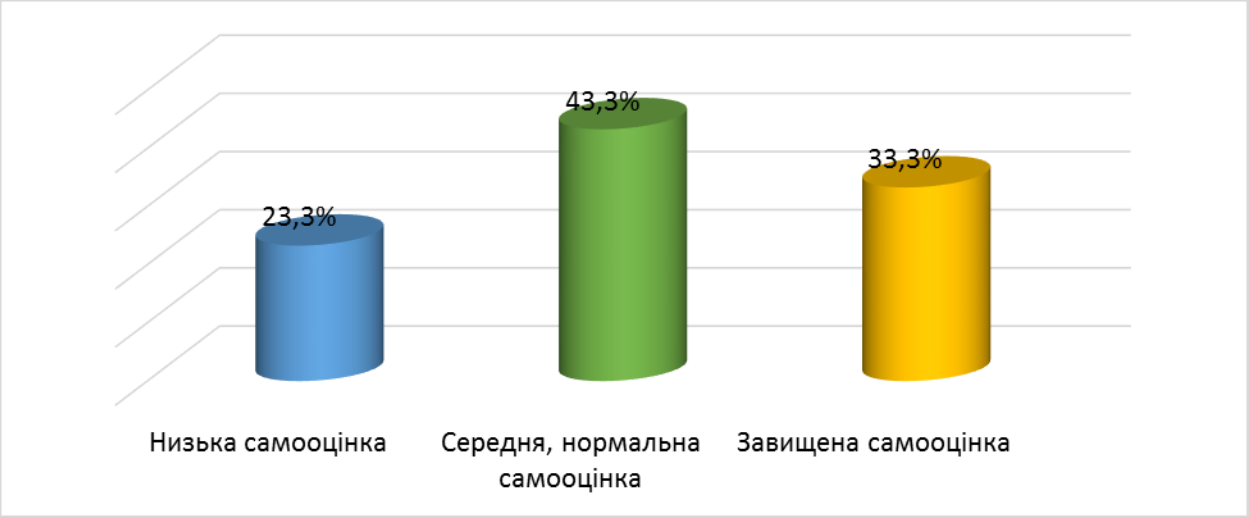


Рис. 3.3. Узагальнені результати визначення самооцінки у дошкільників за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн

Відповідно до проаналізованих результатів опитування дошкільників ми встановили, що основна частина дітей мають середню, адекватну самооцінку (43,3%), яка проявляється у різних сферах і характеристиках життєдіяльності та особистісного розвитку. Проте значна частина дітей мають занижену самооцінку (23,3%), що негативно впливає на їх самовідчуття, емоційне благополуччя, не відображає справжніх здібностей і можливостей дітей, затримує їх гармонійне становлення (більшою мірою це стосується хлопчиків). І ще третина дошкільнят (33,3%) мають завищену самооцінку розумових здібностей, краси, доброти, гарної поведінки, що є характерним для самовідчуття дітей старшого дошкільного віку, але не завжди відповідає дійсності і тому потребує формування у вихованців адекватного розуміння своїх здібностей і можливостей, корегування їх уявлень про себе та своє унікальне місце в дитячому колективі, стосунках з дорослими, сімейному колі. Все це підтверджує думку про необхідність пошуку ефективних методів і форм впливу на дошкільників з метою

формування їх адекватної позитивної самооцінки, розвитку у них ціннісного ставлення до себе та до оточуючих однолітків.

Аналізуючи узагальнені результати опитування вихованців ЕГ «Морська» та КГ «Космічна», ми встановили певні відмінності у проявах їх самооцінки (табл. 3.3).

Таблиця 3.3

Узагальнені результати визначення самооцінки у вихованців старших груп ЗДО за методикою Т. Дембо–С. Рубінштейн

Загальна самооцінка	Всього (60 дітей)		ЕГ «Морська» (30 дітей)		КГ «Космічна» (30 дітей)	
	дітей	%	дітей	%	дітей	%
Низька самооцінка	14	23,3%	8	26,7%	6	20%
Середня, нормальна самооцінка	26	43,3%	13	43,3%	13	43,3%
Завищена самооцінка	20	33,3%	9	30%	11	36,7%

Більшість вихованців старшого дошкільного віку мають адекватну самооцінку (по 43,3% дітей ЕГ і КГ) і третина з них мають завищену самооцінку (30% дітей ЕГ і 36,7% дітей КГ). При цьому майже третина дітей ЕГ мають занижену самооцінку (26,7%), що на 6,7% більше, ніж серед дітей КГ (20%) Таким чином, при перевазі адекватної самооцінки майже у половини опитаних дітей, для решти характерні як завищені, так і занижені показники. Отже, близько третини дошкільнят потребують психологічної підтримки і розвитку позитивної самооцінки (це більше стосується вихованців ЕГ «Морська»), ще з третиною дітей варто провести психологічну роботу з оптимізації їх самооцінки і самоставлення, формування гармонійної адекватної самооцінки.

Наступною було використано методику «Вивчення самооцінки та оцінки особистісних якостей дітей групи» (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна). За цією методикою ми визначали самооцінку зовнішніх характеристик, моральних і вольових якостей, навичок і практичної вмілості у різних видах діяльності, а також ступеня доброзичливості дітей у ставленні до однолітків.

Представимо отримані результати опитування дошкільників за цією методикою за допомогою рис. 3.4.

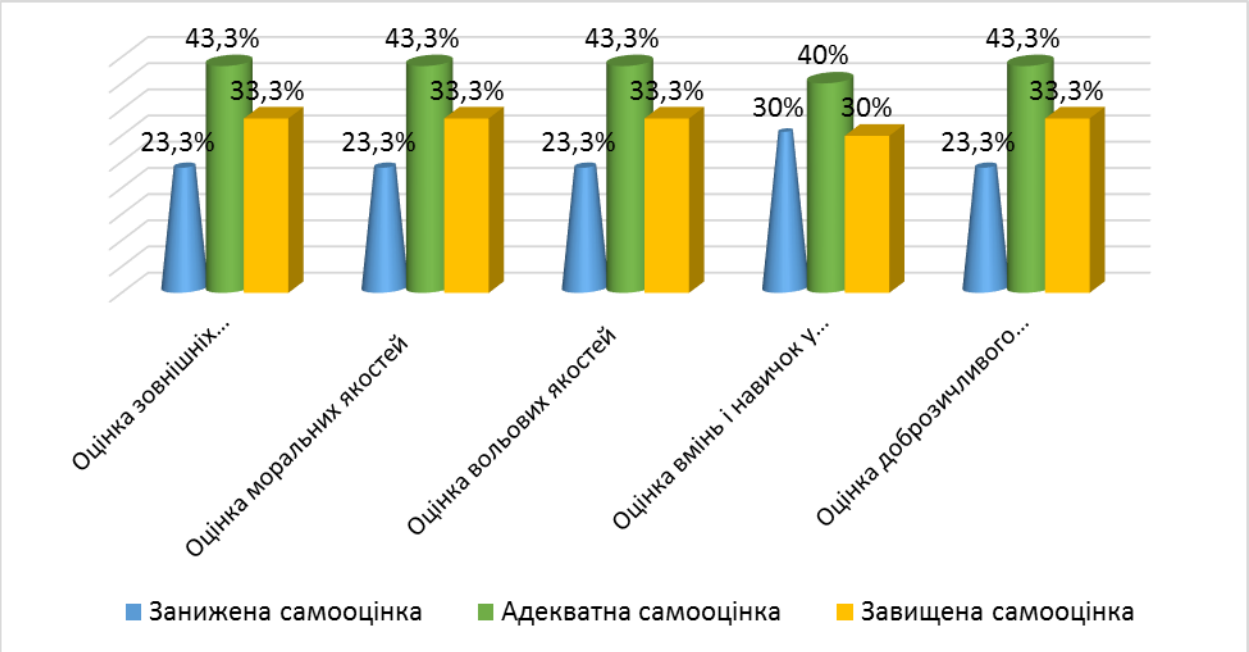


Рис. 3.4. Прояви самооцінки особистісних якостей у дошкільників за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

Оцінюючи себе за зовнішніми характеристиками привабливості, життєрадісності, фізичної сили та гарного самопочуття, третина дошкільників мають завищену самооцінку (33,3%), вказуючи на найвищі й найкращі показники. Переважна більшість дітей мають адекватну самооцінку (43,3%), вони пояснюють, що іноді гарні, іноді проявляють доброзичливість і життєрадісність, оптимістичні у ставленні до світу. Для 23,3% дітей властива занижена самооцінка зовнішності та фізичної сили, самопочуття.

Моральні якості, на думку третини дітей старшого дошкільного віку, розвинені у них на найвищому рівні. Про це вказують 33,3% вихованців, які позитивно оцінюють свої вміння дружно гратися, відгукуватися на прохання однолітків, надавати необхідну допомогу, співчувати іншим, підтримувати їх, здійснювати добрі вчинки. Для 43,3% дітей властива адекватна самооцінка сформованості моральних якостей, які бувають іноді доброзичливі та підтримують інших, а іноді й ні. Але 23,3% дошкільнят віднесли себе до

третьої групи дітей, які «не завжди добрі», «не вміють мирно гратися», «поводяться грубо з іншими», це вказує на занижену самооцінку вихованців.

За вольовими якостями спостерігаються такі ж результати – більшість дошкільників мають адекватну самооцінку (43,3%), для третини дітей властива завищена самооцінка (33,3%), а решта 23,3% мають занижену самооцінку, не здатні довести почату справу до кінця, надати допомогу товаришу тощо.

Характеризуючи вміння і навички, які надають змогу досягти успіху у будь-якій діяльності – ігровій, навчальній, образотворчій, конструктивній, третина дітей мають найвищу оцінку, тобто для 30% дошкільників властива завищена самооцінка вмінь і навичок практичної діяльності. Ще 40% дітей віднесли себе до групи «частково вмілих», в яких одні справи виходять краще, інші – гірше, які мають гарно сформовані вміння в ігровій та образотворчій, однак недостатні вміння і навички в навчальній діяльності.

Всі ці дані ми отримали з бесід з дошкільниками, коли просили пояснити розміщення своєї фотографії в одному з іграшкових будиночків серед їх «жителів» з найкращими і найслабшими вміннями та частково вмілими дітьми. Третина дошкільників (30%) віднесли себе до найменш вмілої групи дітей, які не мають вмінь і навичок практичної діяльності, не досягають успіхів у навчальній, ігровій, образотворчій, конструктивній діяльності. Відповідно до цих даних – третина дошкільнят недооцінюють власних вмінь і навичок практичної діяльності, потребують стимулювання до позитивного самооцінювання і розвитку вмілості у грі, навчанні, малюванні, конструюванні.

На основі аналізу оцінок, які давали дошкільники своїм одноліткам за досліджуваними характеристиками, ми дійшли висновку про ступінь доброзичливості самих дітей у ставленні до товаришів. За цією якістю більшість дітей мають адекватну самооцінку (43,3%), вони вважали однолітків гарними або майже гарними, давали їм характеристику з позитивних позицій. Ще 33,3% дітей давали завищену оцінку більшості своїм

одноліткам, вказуючи, що дружать майже зі всіма вихованцями своє групи, доброзичливо ставляться до них.

Проаналізуємо прояви самооцінки зовнішніх характеристик, моральних, вольових якостей, вмінь і навичок практичної діяльності та доброзичливості ставлення до однолітків у дітей старшого дошкільного віку, які відвідують ЕГ і КГ (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

Прояви самооцінки особистісних якостей у вихованців старших груп ЗДО за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

Якості	Рівні самооцінки	Всього (60 дітей)		ЕГ «Морська» (30 дітей)		КГ «Космічна» (30 дітей)	
		дітей	%	дітей	%	дітей	%
Самооцінка зовнішніх характеристик	Занижена самооцінка	14	23,3%	8	26,7%	6	20%
	Адекватна самооцінка	26	43,3%	12	40%	14	46,7%
	Завищена самооцінка	20	33,3%	10	33,3%	10	33,3%
Самооцінка моральних якостей	Занижена самооцінка	14	23,3%	8	26,7%	6	20%
	Адекватна самооцінка	26	43,3%	13	43,3%	13	43,3%
	Завищена самооцінка	20	33,3%	9	30%	11	36,7%
Самооцінка вольових якостей	Занижена самооцінка	14	23,3%	9	30%	5	16,7%
	Адекватна самооцінка	26	43,3%	12	40%	14	46,7%
	Завищена самооцінка	20	33,3%	9	30%	11	36,7%
Самооцінка вмінь і навичок у діяльності	Занижена самооцінка	18	30%	11	36,7%	7	23,3%
	Адекватна самооцінка	24	40%	11	36,7%	13	43,3%
	Завищена самооцінка	18	30%	8	26,7%	10	33,3%
Самооцінка доброзичливості у ставленні до однолітків	Занижена самооцінка	14	23,3%	9	30%	5	16,7%
	Адекватна самооцінка	26	43,3%	13	43,3%	13	43,3%
	Завищена самооцінка	20	33,3%	8	26,7%	12	40%

За зовнішніми характеристиками третина дошкільників ЕГ та дітей КГ мають завищену самооцінку (по 33,3%), відзначають зовнішню привабливість, фізичну силу, життєрадісність, оптимізм тощо. Близько половини хлопчиків та дівчаток мають адекватну самооцінку (40% дітей ЕГ і 46,7% дітей КГ відповідно) і решта опитаних дітей мають занижену самооцінку (26,7% дітей ЕГ і 20% дітей КГ). Отже, помічаємо подібні результати самооцінки зовнішніх характеристик у вихованців ЕГ і КГ.

За проявами моральних якостей – більшість дітей дошкільного віку мають адекватну самооцінку (по 43,3% дітей ЕГ та КГ відповідно). Вони вміють дружно грати, доброзичливо поводитися у дитячому колективі, підтримувати і допомагати один одному. Завищену самооцінку моральних якостей мають 30% дітей ЕГ та 36,7% дітей КГ, які вважають себе найкращими друзями, найдобрішими, найвідповідальнішими дітьми, а знижену самооцінку моральних якостей мають 26,7% дітей ЕГ та 20% дітей КГ. Таким чином, діти КГ вище оцінюють свої моральні якості, а серед вихованців ЕГ на 6,7% більше дітей із заниженими показниками самооцінки.

Завищену самооцінку вольових якостей, а саме вміння довести справу до кінця, здатність до регулювання своїх емоцій у спілкуванні з іншими, вміння поступатися і прийти товаришу на допомогу, мають 30% дітей КГ і 36,7% дітей КГ. Так само, як і за моральними якостями, в КГ більше дітей із завищеною самооцінкою. Адекватну самооцінку вольових якостей мають подібна більшість дошкільників ЕГ і КГ (40% і 46,7%). А занижена самооцінка вольових якостей більшою мірою проявляється серед вихованців ЕГ (30%), ніж серед дітей КГ (16,7%). Отже, серед дітей ЕГ частіше проявляється недооцінка їх вольових якостей (на 13,3%).

За проявами самооцінки вмінь і навичок у практичній діяльності (навчальній, ігровій, образотворчій, конструктивній) більшість опитаних дітей ЕГ мають адекватну і занижену самооцінку (по 36,7%), і решта 26,7% мають завищену самооцінку. Для дітей КГ властива перевага проявів адекватної самооцінки (43,3%) та завищеної самооцінки (33,3%). Проте занижена самооцінка виявляється тільки у 23,3% дітей КГ, що на 13,4% менше, ніж серед дітей ЕГ. Отже, дошкільники КГ «Космічна» краще оцінюють свою вмілість та навички у навчальній, ігровій, образотворчій діяльності, ніж діти ЕГ «Морська», це вказує на потребу проведення з дітьми ЕГ цілеспрямованої корекційної роботи з розвитку адекватної самооцінки дошкільників.

У ставленні до інших дітей також бачимо переважання вищих оцінок у дітей КГ. Так, більшість вихованців дошкільного віку КГ «Космічна» адекватно позитивно ставляться до однолітків (43,3%), що так само, як і серед вихованців ЕГ (43,3%). Проте завищені оцінки своїх однолітків дають 40% дітей КГ і 26,7% дітей ЕГ, а занижені – більш притаманні для вихованців ЕГ (на 13,3%). Третина вихованців ЕГ «Морська» негативно ставляться до однолітків, вороже сприймають їх, відносять до злих, не доброзичливих, не гарних. Серед дітей КГ «Космічна» негативне ставлення до однолітків демонструють тільки 16,7%, що на 13,3% менше, ніж серед дітей ЕГ.

Таким чином, помічаємо, що більшість опитаних дітей дошкільного віку мають адекватні самооцінки моральних і вольових якостей, вмілості і навичок в ігровій, навчальній, образотворчій діяльності, доброзичливе ставлення до однолітків. Однак третина дітей ЕГ «Морська» мають знижені самооцінки, а завищені самооцінки властиві для 26,7% дітей ЕГ та 40% дітей КГ. Наявність досить значної частини дітей із зниженими показниками самооцінки вказує на потребу проведення з ними психологічної роботи з підвищення їх позитивного самоставлення, формування оптимальної самооцінки. Так само й діти із завищеною самооцінкою потребують психокорекційної роботи з оптимізації їх уявлень про себе, свої якості, здібності, вміння.

Представимо узагальнені результати опитування дошкільників за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної щодо самооцінки особистісних якостей (рис. 3.5).

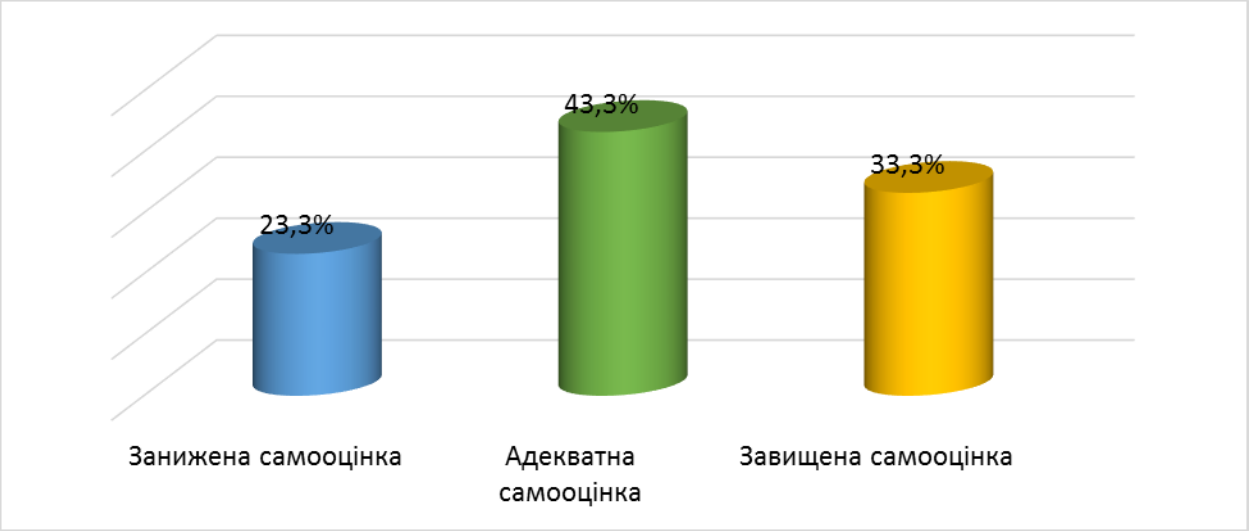


Рис. 3.5. Узагальнена самооцінка особистісних якостей у дошкільників за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

Більшість опитуваних дітей старшого дошкільного віку мають адекватну самооцінку особистісних якостей, моральних і вольових характеристик, вмілості і навичок у практичній діяльності (43,3%). Ще третина вихованців старших груп мають завищену самооцінку (33,3%) і вважають себе найкращими, найгарнішими, найдобрішими, найвмілішими. Проте 23,3% дітей мають занижену самооцінку, вказують на те, що іноді поводяться негарно, багато чого не вміють, не здатні доводити почату справу до кінця, не дружать з іншими, вороже ставляться до однолітків. Відповідно до представлених даних значна частина дошкільників мають потребу в корекції неадекватної самооцінки (і заниженої, і завищеної).

Розглядаючи узагальнені показники самооцінки особистісних якостей вихованців дошкільного віку ЕГ та КГ за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної, ми помітили, що при подібній перевазі адекватних показників, дітям КГ більш властиві завищені прояви, а вихованцям ЕГ – занижені (табл. 3.5).

Таблиця 3.5

Узагальнена самооцінка особистісних якостей у вихованців старших груп ЗДО за методикою Г. А. Урунтаєвої, Ю. А. Афонькіної

Рівні самооцінки	Всього (60 дітей)		ЕГ «Морська» (30 дітей)		КГ «Космічна» (30 дітей)	
	дітей	%	дітей	%	дітей	%
Занижена самооцінка	14	23,3%	9	30%	5	16,7%
Адекватна самооцінка	26	43,3%	12	40%	14	46,7%
Завищена самооцінка	20	33,3%	9	30%	11	36,7%

Адекватна самооцінка властива для 40% дітей ЕГ та 46,7% дітей КГ. Але занижена самооцінка особистісних якостей виявлена у 30% дітей ЕГ, що на 13,3% більше, ніж серед дошкільників КГ. А завищена, навпаки, більш властива для дітей КГ (на 6,7%). Отже, діти КГ «Космічна» схильні переоцінювати свої особистісні якості, зовнішність, моральні й вольові якості. А вихованці ЕГ «Морська» часто мають занижену самооцінку, що вказує на потребу проведення з ними психокорекційної роботи з розвитку оптимальної самооцінки.

Далі в процесі експериментального дослідження використано методику «Дослідження самооцінки дітей шляхом спостереження в різних видах діяльності» (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна), за якою отримано наступні показники самооцінки дітей та рівня їх домагань (рис. 3.6.). Опираючись на результати, представлені на рис. 3.6., можемо проаналізувати характерні прояви самооцінки дітей у різних видах діяльності. Зокрема, оцінюючи себе у зображувальній діяльності, більшість дітей мають адекватну самооцінку (46,7%), однак на думку 20% дітей, їх успіхи в малюванні не високі, а третина дошкільників переоцінюють свої можливості. При цьому за рівнем домагань відзначено, що 26,7% дітей мають низькі прагнення до успіху в малюванні, що негативно впливає на успішність їх зображувальної діяльності.

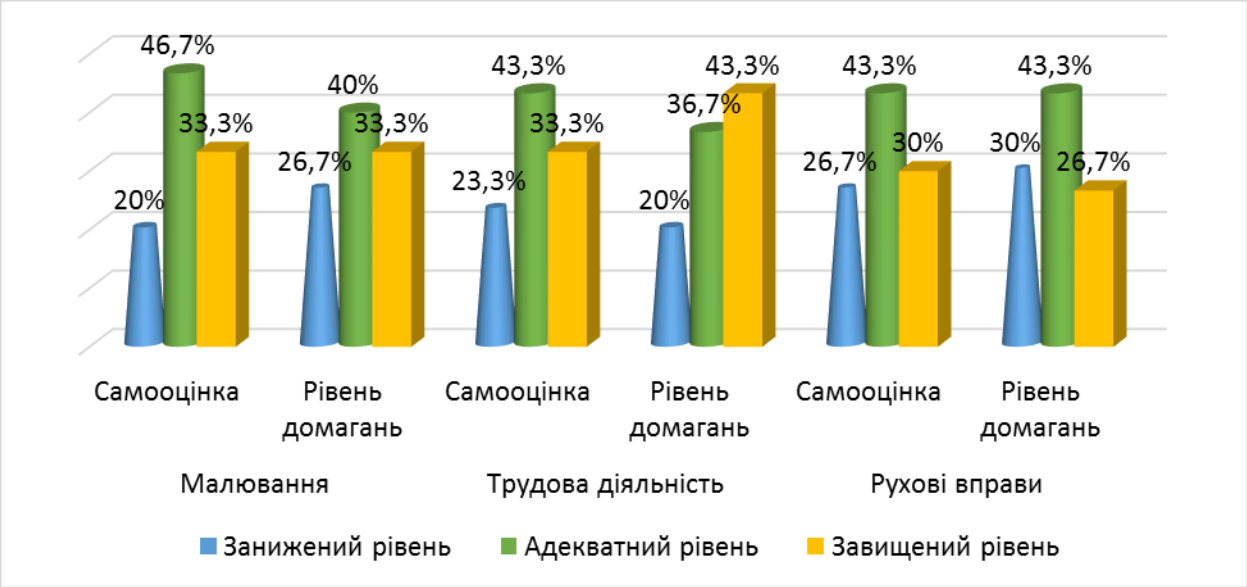


Рис. 3.6. Прояви адекватності самооцінки та домагань дошкільників у різних видах продуктивної діяльності за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

У трудовій діяльності переважає адекватна самооцінка у 43,3% дітей, у третини виявлено завищену самооцінку, а низьку – мають 23,3% дітей. загалом 20% дошкільників мають низький рівень домагань у трудовій діяльності, а високі домагання властиві для 43,3% вихованців.

За сферою рухових вправ і досягнень – неадекватно високий рівень самооцінки мають 30% дошкільників, у 43,3% виявлено адекватні показники, а 26,7% мають низький рівень. При цьому так само більшість мають адекватний рівень домагань у руховій сфері активності, а третина дітей мають низькі домагання (30%).

За узагальненими даними щодо проявів самооцінки та рівня домагань серед старших дошкільників встановлено, що 33,3% дітей мають завищену самооцінку, для 43,3% властива адекватна самооцінка, і низьку самооцінку мають 23,3% дошкільників.

Щодо проявів рівня домагань – то більшість дітей мають завищений і адекватний його показники (30% і 40%), що є оптимальними для розвитку особистості дитини та її прагнень у досягненні успіху. А низький рівень

домагань характерний для 30% дошкільників. Наочно ці результати представлено за допомогою рис. 3.7.

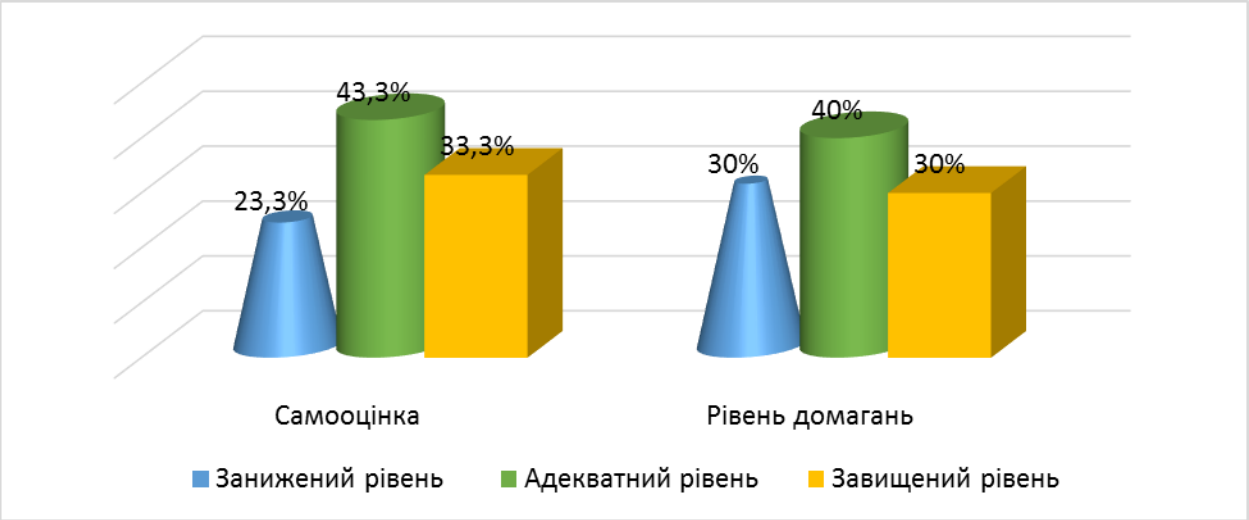


Рис. 3.7. Узагальнені результати проявів адекватності самооцінки та домагань у дошкільників за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

За рис. 3.7. помітно, що переважна більшість опитуваних дошкільників мають адекватну самооцінку (43,3%), що проявляються у різних видах діяльності (малюванні, трудовій та руховій діяльності). Також помітно, що рівень домагань у дошкільників переважно завищений (30%) та адекватно-високий (40%).

Аналізуючи отримані результати опитування вихованців ЕГ і КГ щодо їх самооцінки і домагань у зображувальній, трудовій та руховій діяльності (табл. 3.6), бачимо, що більшість дітей обох опитуваних групи мають адекватний рівень самооцінки у сфері малювання (43,3% дітей ЕГ і 50% вихованців КГ), при цьому низький рівень виявлено у 26,7% і 13,3% відповідно. Щодо домагань – адекватний, високий рівень мають 43,3% дітей групи «Морська» та 36,7% дітей групи «Космічна», а низький – мають по 26,7% дошкільників обох груп. Водночас привертають до себе завищені показники самооцінки в малюванні у 30% ЕГ і 36,7% КГ. А завищений рівень домагань у цій сфері продуктивної діяльності властивий для 30% і 36,7% дітей ЕГ та КГ, що відповідає проявам завищеної самооцінки дітей старшого дошкільного віку.

Таблиця 3.6.

Показники адекватності самооцінки та рівня домагань у вихованців старших груп ЗДО за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

Показники і рівні			Всього (60 дітей)		ЕГ «Морська» (30 дітей)		КГ «Космічна» (30 дітей)	
			дітей	%	дітей	%	дітей	%
Малювання	Самооцінка	Занижена	12	20%	8	26,7%	4	13,3%
		Адекватна	28	46,7%	13	43,3%	15	50%
		Завищена	20	33,3%	9	30%	11	36,7%
	Рівень домагань	Занижений	16	26,7%	8	26,7%	8	26,7%
		Адекватний	24	40%	13	43,3%	11	36,7%
		Завищений	20	33,3%	9	30%	11	36,7%
Трудова діяльність	Самооцінка	Занижена	14	23,3%	10	33,3%	4	13,3%
		Адекватна	26	43,3%	11	36,7%	15	50%
		Завищена	20	33,3%	9	30%	11	36,7%
	Рівень домагань	Занижений	12	20%	8	26,7%	4	13,3%
		Адекватний	22	36,7%	11	36,7%	11	36,7%
		Завищений	26	43,3%	11	36,7%	15	50%
Рухові вправи	Самооцінка	Занижена	16	26,7%	8	26,7%	8	26,7%
		Адекватна	26	43,3%	11	36,7%	15	50%
		Завищена	18	30%	11	36,7%	7	23,3%
	Рівень домагань	Занижений	18	30%	11	36,7%	7	23,3%
		Адекватний	26	43,3%	11	36,7%	15	50%
		Завищений	16	26,7%	8	26,7%	8	26,7%

У трудовій діяльності у дітей групи «Морська» переважає адекватна і занижена самооцінка (36,7% і 33,3%), а в групі «Космічна» виразною є адекватна самооцінка (50%) і завищена (36,7%). Високий, адекватний рівень домагань у трудовій діяльності властивий для третини всіх дошкільників (по 36,7% дітей ЕГ і КГ). При цьому завищений рівень домагань у трудовій діяльності більш характерний для дітей групи «Космічна» (на 13,3%), а низький – переважає в групі «Морська» (26,7%) проти 13,3% у групі «Космічна».

Адекватна самооцінка у сфері рухової активності властива для 36,7% дітей групи «Морська» і 50% дітей групи «Космічна», занижені показники виявлено в однакової кількості дітей (по 26,7%) А завищені рівень самооцінки вмілості в рухових вправах мають 36,7% і 23,3% дітей опитуваних груп. Високий адекватний рівень домагань у руховій сфері властивий для 36,7% дітей ЕГ і 50% дітей КГ, що відповідає адекватним

показникам їх самооцінки. Завищений рівень домагань мають однакова кількість дошкільників ЕГ і КГ (по 26,7%).

За узагальненими даними щодо проявів самооцінки та рівня домагань дошкільників у продуктивних видах діяльності (табл. 3.7) встановлено, що завищену самооцінку мають 30% вихованців групи «Морська» і 36,7% дітей групи «Космічна». Для половини КГ (50%) і тільки третини дітей ЕГ (36,7%) властива адекватна самооцінка. І занижену самооцінку мають 33,3% дошкільників групи «Морська» і 13,3% дітей групи «Космічна».

Таблиця 3.7.

Узагальнені результати проявів адекватності самооцінки та домагань у вихованців старших груп ЗДО за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

Показники і рівні			Всього (60 дітей)		ЕГ «Морська» (30 дітей)		КГ «Космічна» (30 дітей)	
			дітей	%	дітей	%	дітей	%
Заг. показник	Самооцінка	Занижена	14	23,3%	10	33,3%	4	13,3%
		Адекватна	26	43,3%	11	36,7%	15	50%
		Завищена	20	33,3%	9	30%	11	36,7%
	Рівень домагань	Занижений	18	30%	11	36,7%	7	23,3%
		Адекватний	24	40%	9	30%	15	50%
		Завищений	18	30%	10	33,3%	8	26,7%

Щодо проявів рівня домагань – то більшість дітей мають завищений і адекватний його показники. При цьому завищений рівень домагань властивий для 33,3% вихованців групи «Морська» і 26,7% дітей групи «Космічна». Показники високого, адекватного рівня більш характерні для дітей групи «Космічна» (50%), ніж для вихованців групи «Морська» (30%). А занижений рівень домагань характерний для 36,7% дошкільників групи «Морська» і 23,3% дітей групи «Космічна». Отже, для вихованців групи «Морська» більш характерні занижені прояви самооцінки (на 20%), а також у них виявляється більше дітей із заниженим рівнем домагань (на 13,4%). А для дітей групи «Космічна» більш характерні прояви адекватної самооцінки (на 13,3%) і домагань (на 20%). Відповідно до вказаного – із вихованцями групи «Морська» потрібно провести психологічну корекційно-розвивальну

роботу з оптимізації їх самооцінки, підвищення віри у свої сили у різних видах продуктивної діяльності.

Далі у ході дослідження було проведено опитування батьків дошкільників та визначено їх ставлення до своїх дітей. Використовуючи тест Г. Тарабасової «Яка моя дитина», ми отримали переважно адекватні і занижені характеристики ставлень батьків до своїх дітей (рис. 3.8).

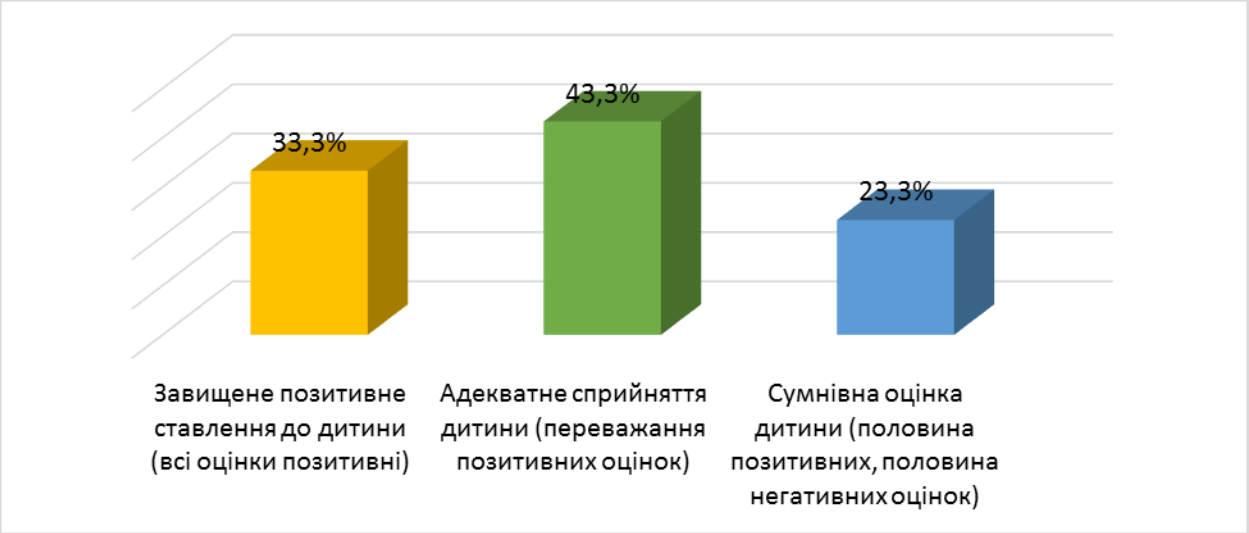


Рис. 3.8. Характеристики емоційних ставлень батьків до дітей дошкільного віку за тестом Г. Тарабасової

Завищене позитивне ставлення до дитини демонструють 33,3% опитаних батьків дошкільників (переважно це були матері), які назвали тільки позитивні характеристики своїх дітей. У 43,3% опитаних встановлено адекватне сприйняття своїх дітей, вони давали переважно позитивні відповіді на питання тесту.

У 23,3% респондентів виявлено сумнівні оцінки, коли при відповідях про характеристики дітей матері назвали багато негативних характеристик, відзначивши серед вказаних половину негативних рис.

Представимо результати опитування батьків дошкільників за тестом Г. Тарабасової відповідно до відвідуваних їх дітьми груп – «Морська» і «Космічна» (табл. 3.8.).

Таблиця 3.8.

Характеристики емоційних ставлень батьків до дітей за тестом Г. Тарабасової

Характеристики ставлень батьків до дітей	Всього (60 дітей)		ЕГ «Морська» (30 дітей)		КГ «Космічна» (30 дітей)	
	дітей	%	дітей	%	дітей	%
Завищене позитивне ставлення до дитини (всі оцінки позитивні)	20	33,3%	8	26,7%	12	40%
Адекватне сприйняття дитини (переважання позитивних оцінок)	26	43,3%	12	40%	14	46,7%
Сумнівна оцінка дитини (половина позитивних, половина негативних оцінок)	14	23,3%	10	33,3%	4	13,3%

Відповідно до представлених даних у групі матерів вихованців «Морська» переважають опитувані із адекватним прийняттям дитини (40%) та сумнівними оцінками (33,3%). Ще у 26,7% матерів дошкільників цієї групи виявлено завищене позитивне ставлення до своєї дитини, вони називали тільки позитивні характеристики і вказували на турботливе любляче ставлення до своєї дитини.

У матерів дітей групи «Космічна» встановлено переважно адекватне ставлення до своїх дітей (у 46,7%), ще у 40% респондентів виявлено позитивне завищене ставлення, коли вони бачать тільки найкращі риси дошкільників. І тільки 13,3% матерів дошкільників із групи ««Космічна» мають сумнівну оцінку дітей, відзначаючи багато негативних рис.

Відтак, в ЕГ «Морська» більше дошкільників, батьки (матері) яких дають сумнівні оцінки вмілості та особистісних рис своєї житини (на 20% більше, ніж у відповідях матерів дошкільників КГ «Космічна»). А в КГ «Космічна», навпаки – більше матерів дають завищену оцінку своєї дитині, називають тільки позитивні характеристики, дають всі позитивні оцінки та висловлюють позитивне ставлення до дошкільників (на 13,3% більше, ніж у відповідях матерів дітей, які відвідують групу «Морська»).

Зауважимо, що як завищене позитивне сприйняття, так і критичне ставлення до дітей не сприяють формуванню адекватної самооцінки

дошкільників. При безумовному прийнятті і визнанні тільки позитивних рис дітей у них формується завищена самооцінка, а за явності критичного ставлення батьків – виникає зневіра у власних силах, знижується самооцінка.

Зважаючи на те, що у відповідях матерів дошкільників групи «Морська» на 20% більше опитаних із сумнівними оцінками своїх дітей, вважаємо доцільним залучити до психологічної роботи з розвитку адекватної самооцінки дошкільників також і батьків та матерів цих вихованців.

Отже, узагальнюючи отримані результати дослідження, на основі виявлених характеристик самооцінювання дошкільників ми встановили, що занижена самооцінка властива майже для третини дітей, які низько оцінюють себе, мають занижені очікування від оцінок батьків, низько оцінюють розумові здібності, риси характеру, моральні та вольові якості, мають недостатні вміння і навички у практичній діяльності, проявляють ворожість у ставленні до однолітків. Адекватна самооцінка властива для 40–43,3% дітей, які оптимально оцінюють власні якості особистості, розумові здібності, моральні та вольові властивості, мають відчуття щастя та емоційного благополуччя. І ще третина дітей мають завищену самооцінку, вважають себе найгарнішими, найкращими, найрозумнішими, найдобрішими, найкрасивішими і переоцінюють власні вміння і можливості.

Відзначимо, що на основі виявленої третини дошкільників із завищеною самооцінкою та значної кількості дітей із заниженою самооцінкою доведено необхідність проведення із опитуваними вихованцями психологічної роботи з формування оптимального ціннісного ставлення до себе та розвитку позитивної самооцінки.

3.2. Встановлення зв'язку самооцінки дошкільників із батьківським ставленням

Опрацювавши результати опитування дошкільників щодо вияву їх самооцінки та домагань, а також особливості ставлення батьків (матерів) до своїх дітей, вважаємо доцільним приділити увагу встановленню зв'язку самооцінки дітей із завищено-позитивним, адекватним чи сумнівним ставленням їх батьків.

Для цього проаналізуємо результати всіх опитуваних дітей та їх батьків відповідно до поділу на три групи: 1) діти, батьки яких виявляють до них завищене позитивне ставлення (20 дітей); 2) діти, батьки яких мають адекватне сприйняття дитини та її характеристик (26 дітей); 3) діти, батьки яких дають сумнівні оцінки вмілості та якостям дошкільників, мають не стійке ставлення до своїх дітей (14 вихованців).

За методикою «Сходинки» В. Щур отримано такі результати проявів самооцінки дітей з різним батьківським ставленням до них (табл. 3.9).

Таблиця 3.9.

Прояви самооцінки вихованців старших груп ЗДО за методикою В. Щур

Рівні самооцінки	1 група, позитивно-завищене ставлення батьків (20 дітей)		2 група, адекватне ставлення батьків (26 дітей)		3 група, не стійке ставлення батьків (14 дітей)	
	дітей	%	дітей	%	дітей	%
Самооцінка (оцінка себе)						
Занижена, низька			2	7,7%	14	100%
Адекватна, нормальна			20	76,9%		
Завищена самооцінка	20	100%	4	15,4%		
Відображена (очікувана оцінка батьків)						
Занижена, низька			4	15,4%	14	100%
Адекватна, нормальна			22	84,6%		
Завищена самооцінка	20	100%				

У дітей, батьки яких мають позитивно-завищене ставлення до дошкільників, називають тільки їх позитивні характеристики, переважають завищена самооцінка та завищена відображена самооцінка (очікувана оцінка

батьків) у 100% випадків. Діти, які мають адекватне ставлення батьків, переважно мають адекватну, нормальну самооцінку (76,9%) та адекватну відображену самооцінку (84,6%). А для дітей, у ставленні чиїх батьків спостерігається не стійкість, сумніви щодо гарних і поганих рис дошкільників, однозначно виявляють занижені показники як самооцінки, так і відображеної оцінки їх дорослими (100%).

Отже, ставлення батьків, їх оцінка своїх дітей значно впливають на самооцінку дошкільників, безпосередньо визначають, як діти ставляться до себе, якими словами називають себе при характеристиці своїх кращих рис.

Далі проаналізувавши відповіді дітей за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн, ми отримали такі дані (табл. 3.10). У дітей, батьки яких мають позитивно-завищене ставлення до дошкільників, виявляються завищені показники самооцінки розумових здібностей (90%), доброти (80%), рис характеру, красивої зовнішності, щастя (емоційного благополуччя) (по 100%). За узагальненою самооцінкою ці діти мають завищені показники самоцінювання в різних сферах свого життя (100%).

Діти, які мають адекватне ставлення батьків, виявляють переважно адекватну самооцінку розумових здібностей і красивої зовнішності (84,6%), рис характеру і доброти (76,9%), щастя (92,3%). За загальною самооцінкою 92,3% дошкільників цієї підгрупи респондентів мають адекватну самооцінку різних сфер своєї життєдіяльності.

А для дітей, у ставленні чиїх батьків спостерігається не стійкість, сумніви, властиві низька самооцінка розумових здібностей і красивої зовнішності, щастя (100%), рис характеру (71,4%), доброти (85,7%). За загальною самооцінкою – 85,7% дітей цієї підгрупи мають занижені показники, вважають, що мають недостатньо гарні риси, не вміють багато чого робити, не красиві тощо.

Таблиця 3.10.

Самооцінка різних характеристик вихованців старших груп ЗДО за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн

Сфери життєдіяльності	Рівні самооцінки	1 група, позитивно-завищене ставлення батьків (20 дітей)		2 група, адекватне ставлення батьків (26 дітей)		3 група, не стійке ставлення батьків (14 дітей)	
		дітей	%	дітей	%	дітей	%
Самооцінка «розумових здібностей»	Низька			4	15,4%	14	100%
	Середня, нормальна	2	10%	22	84,6%		
	Завищена	18	90%				
Самооцінка «рис характеру»	Низька					10	71,4%
	Середня, нормальна			20	76,9%	4	28,6%
	Завищена	20	100%	6	23,1%		
Самооцінка «красивої зовнішності»	Низька					14	100%
	Середня, нормальна			22	84,6%		
	Завищена	20	100%	4	15,4%		
Самооцінка «доброти»	Низька			2	7,7%	12	85,7%
	Середня, нормальна	4	20%	20	76,9%	2	14,3%
	Завищена	16	80%	4	15,4%		
Самооцінка «щастя» (емоційного благополуччя)	Низька			2	7,7%	14	100%
	Середня, нормальна			24	92,3%		
	Завищена	20	100%				
Узагальнена самооцінка	Низька			2	7,7%	12	85,7%
	Середня, нормальна			24	92,3%	2	14,3%
	Завищена	20	100%				

Досліджуючи самооцінку дошкільників у різних видах продуктивної діяльності за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної, помічаємо такі дані (табл. 3.11). У дітей, батьки яких мають позитивно-завищене ставлення до дошкільників, виявляється завищена самооцінка зовнішніх характеристики, моральних і вольових якостей, доброзичливості у ставленні до однолітків (100%), а також вмінь і навичок у діяльності (90%). За узагальненою самооцінкою особистісних якостей ці дошкільники однозначно мають завищену самооцінку.

Таблиця 3.11.

Прояви самооцінки особистісних якостей у вихованців старших груп ЗДО за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

Якості	Рівні самооцінки	1 група, позитивно-завищене ставлення батьків (20 дітей)		2 група, адекватне ставлення батьків (26 дітей)		3 група, не стійке ставлення батьків (14 дітей)	
		дітей	%	дітей	%	дітей	%
Самооцінка зовнішніх характеристик	Занижена					14	100%
	Адекватна			26	100%		
	Завищена	20	100%				
Самооцінка моральних якостей	Занижена					14	100%
	Адекватна			26	100%		
	Завищена	20	100%				
Самооцінка вольових якостей	Занижена					14	100%
	Адекватна			26	100%		
	Завищена	20	100%				
Самооцінка вмінь і навичок у діяльності	Занижена			4	15,4%	14	100%
	Адекватна	2	10%	22	84,6%		
	Завищена	18	90%				
Самооцінка доброзичливості у ставленні до однолітків	Занижена			2	7,7%	12	85,7%
	Адекватна			24	92,3%	2	14,3%
	Завищена	20	100%				
Узагальнена самооцінка особистісних якостей	Занижена					14	100%
	Адекватна			26	100%		
	Завищена	20	100%				

Діти, які мають адекватне ставлення батьків, володіють адекватною самооцінкою зовнішніх характеристик, моральних і вольових якостей, вмінь і навичок практичної діяльності (84,6%), доброзичливості у ставленні до однолітків (92,3%). За узагальненою самооцінкою у цих дітей переважає адекватна, висока самооцінка, яка відповідає їх уявленням про себе та погоджується з адекватною оцінкою батьків (100%).

А для дітей, у ставленні чиїх батьків спостерігається не стійкість, сумніви, властиві переважаючі низькі показники самооцінки зовнішніх характеристики, моральних і вольових якостей, вмінь і навичок у діяльності (по 100%). Також ці діти мають занижену самооцінку доброзичливості у

ставленні до однолітків (85,7%). За узагальненою самооцінкою – 100% дошкільників, батьки яких дають не стійку оцінку зовнішності та здібностям, вмінням і навичкам своїх дітей, відповідно мають занижену самооцінку у всіх досліджуваних сферах діяльності.

Далі було проаналізовано прояви самооцінки дошкільників у продуктивних видах діяльності та встановлено вплив батьківської оцінки на самооцінку дітей (табл. 3.12).

Таблиця 3.12.

Показники адекватності самооцінки та рівня домагань у вихованців старших груп ЗДО за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

Показники і рівні			1 група, позитивно-завищене ставлення батьків (20 дітей)		2 група, адекватне ставлення батьків (26 дітей)		3 група, не стійке ставлення батьків (14 дітей)	
			дітей	%	дітей	%	дітей	%
Малювання	Самооцінка	Занижена			2	7,7%	10	71,4%
		Адекватна			24	92,3%	4	28,6%
		Завищена	20	100%				
	Рівень домагань	Занижений			4	15,4%	12	85,7%
		Адекватний			22	84,6%	2	14,3%
		Завищений	20	100%				
Трудова діяльність	Самооцінка	Занижена					14	100%
		Адекватна			26	100%		
		Завищена	20	100%				
	Рівень домагань	Занижений					12	85,7%
		Адекватний			20	76,9%	2	14,3%
		Завищений	20	100%	6	23,1%		
Рухові вправи	Самооцінка	Занижена			4	15,4%	12	85,7%
		Адекватна	2	10%	22	84,6%	2	14,3%
		Завищена	18	90%				
	Рівень домагань	Занижений			4	15,4%	14	100%
		Адекватний	4	20%	22	84,6%		
		Завищений	16	80%				
Заг. показник	Самооцінка	Занижена					14	100%
		Адекватна			26	100%		
		Завищена	20	100%				
	Рівень домагань	Занижений			4	15,4%	14	100%
		Адекватний	2	10%	22	84,6%		
		Завищений	18	90%				

У дітей, батьки яких мають позитивно-завищене ставлення до дошкільників, переважають завищені показники самооцінки і домагань у

малюванні, трудовій діяльності (по 100%). Щодо рухових вправ – 90% дітей цієї підгрупи мають завищену самооцінку, а 80% – завищений рівень домагань. За загальними показниками – 100% дітей мають завищену самооцінку і 90% – завищений рівень домагань у продуктивних видах діяльності.

Діти, які мають адекватне ставлення батьків, виявляють адекватну самооцінку (92,3%) і рівень домагань (84,6%) у малюванні, адекватну самооцінку (100%) та адекватний рівень домагань (76,9%) у трудовій діяльності, адекватну самооцінку та рівень домагань (по 84,6%) щодо рухових вправ. За загальними показниками 100% дітей цієї підгрупи мають адекватну самооцінку, і 84,6% – адекватний рівень домагань.

А для дітей, у ставленні чиїх батьків спостерігається не стійкість, сумніви, переважно властиві занижена самооцінка (71,4%) і занижений рівень домагань (85,7%) щодо продуктивності у малюванні; занижений рівень самооцінки (100%) і домагань (85,7%) у трудовій діяльності; занижена самооцінка (85,7%) і рівень домагань (100%) щодо рухових вправ. За загальними показниками діти, батьки яких мають не стійке ставлення до них, відрізняються заниженим рівнем самооцінки та домагань у продуктивних видах діяльності – малюванні, трудовій діяльності, рухових вправах (100%).

Отже, за проаналізованими даними опитування дітей та їх батьків встановлено існування тісного зв’язку між батьківським ставленням до дошкільників та їх самооцінкою. Зокрема, в дітей, чиї батьки мають позитивно-завищене ставлення до дошкільників, виявляються завищені показники самооцінки власних якостей і властивостей, вмілості у різних видах продуктивної діяльності. Діти, які мають адекватне ставлення батьків, переважно демонструють адекватну самооцінку своїх якостей і рис характеру, вмінь і здібностей. А для дітей, у ставленні чиїх батьків спостерігається не стійкість, сумніви щодо гарних і поганих рис дошкільників, властиві переважно занижені показники самооцінки і навіть домагань, що вказують на те, що діти не тільки визнають свої низькі

здібностей, але й не прагнуть їх підвищувати, не хочуть бути кращими і виконувати складніші, сильніші завдання, щоб навчитися бути сильним, сміливим, добрим та ін.

3.2. Розробка та апробація програми психологічних занять з розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку

Для проведення з дітьми старшого дошкільного віку роботи з оптимізації їх самооцінки розроблено програму психологічних занять.

Під час розробки програми психокорекційної і розвивальної роботи з дошкільниками використано напрацювання Г. Нижник [46], А. Сіренко [61], Л. Федорук [66] та ін.

Опишемо особливості проведення програми занять з розвитку самооцінки дошкільників, повний зміст якої наведено у додатку Е.

Програма психологічних занять з розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку

Мета програми: розвиток адекватної самооцінки у дітей дошкільного віку; формування позитивного самоставлення та доброзичливого ставлення до однолітків; створення сприятливої атмосфери доброзичливої взаємодії з іншими дітьми.

Завдання програми:

- формування адекватного уявлення про себе, створення умов для оптимального розвитку самооцінки;
- створення позитивного самоставлення, підвищення самооцінки;
- сприяння розвитку і закріпленню навичок самоконтролю поведінки;
- створення у дітей позитивного емоційного настрою;
- виховання доброзичливості, поваги до інших, прагнення товаришувати з однолітками;
- формування навичок взаємодії, удосконалення комунікативних вмінь;

- створення сприятливої атмосфери для міжособистісних взаємовідносин дітей у групі.

Структура: 8 занять, кожне з яких включає:

1) вступну частину (привітання та психологічна розминка);

2) основну частину (спеціальні вправи, ігри, етюди для розвитку адекватної самооцінки дошкільників);

3) та заключну частину, де підводяться підсумки заняття, проводяться завершальні вправи, використовуються ритуали прощання учасників.

Тривалість занять: 20-25 хв. кожне.

Використовувані методи і прийоми: ігротерапія (сюжетно-рольові ігри, ігри-етюди), арт-терапія (малювання за вказівкою дорослого, вільне малювання, ліплення), психорелаксація, психологічні етюди, інсценізації, пантоміми тощо.

Цільова група: діти старшого дошкільного віку, які при діагностуванні самооцінки отримали завищені та занижені характеристики самооцінки та самоставлення, були не сміливими, не впевненими в собі, замкненими та пасивними в контактах з однолітками.

Очікуваний результат: підвищення самооцінки, впевненості в собі у дітей дошкільного віку, які мали занижені показники; приведення до оптимальної адекватної самооцінки та самоставлення у дітей, які мали завищену самооцінку.

Заняття № 1.

Мета: познайомитися, прийняти правила роботи в групі, створити сприятливу атмосферу в групі; надати можливість для усвідомлення своїх позитивних і негативних рис характеру; розвивати адекватну самооцінку дітей.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання. Вправа-знайомство «Як мене звати»

Вправа «Правила роботи у групі»

ІІ. Основна частина заняття

Бесіда «Як можна дізнатися про настрій людини?»

Вправа «Промінчики сонця»

Вправа «Самокритика»

Казка «Про хвалькуватий бантик»

Бесіда по казці про хвастощі і їх подолання.

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Заняття № 2.

Мета: підвищувати впевненість в собі, формувати позитивне самоставлення та адекватну самооцінку; розвивати комунікативні навички дітей; створювати сприятливу атмосферу, сприяти згуртуванню групи; закріплювати позитивний настрій дітей.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання. Вправа «Веселе привітання»

Психологічна розминка. Вправа «Ти – молодець»

ІІ. Основна частина заняття

Пластичний етюд «Сонечко»

Гра «Ласкаво торкнися до...» (або «Назви дитину, яка…»)

Арт-терапевтична вправа «Усі ми різні»

Вправа «Компліменти»

Гра «Зайчики і слоники»

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Ритуал завершення заняття «Сонячні промінчики»

Заняття № 3.

Мета: сприяти формуванню адекватної самооцінки, усвідомленню власних сильних і слабких сторін; сприяти згуртуванню дітей, навчати мирній взаємодії у грі; створювати атмосферу довіри у групі, знімати напруження.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання. Вправа «Привітаємось, як…»

Психологічна розминка «Що ти любиш?»

ІІ. Основна частина заняття

Гра «Дракон»

Вправа «Камінчик у черевику»

Бесіда «Як можна звернутися до іншої людини із проханням»

Гра «Чарівна паличка»

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Завершальна вправа «Емоційний ланцюжок»

Заняття № 4.

Мета: ознайомити дітей із поняттям хвалькуватості, надати можливість проаналізувати свою поведінку; закріпити прагнення робити маленькі добрі справи для інших; оптимізувати і підвищувати самооцінку; створити умови для дружніх відносин у групі.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання

Психологічна розминка. Вправа «Чарівний клубочок» («Чарівна посмішка по колу»)

ІІ. Основна частина заняття

Розповідання казки «Про чашечку»

Вправа «Маленькі добрі справи»

Гра-етюд «Сонячний зайчик»

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Завершальний ритуал «Коло дружби»

Заняття № 5.

Мета: підвищувати самооцінку дітей, надати можливість відчути себе сильним, доброзичливим, життєрадісним; формувати вміння знаходити позитивне в собі та в інших; формувати позитивний настрій; створювати сприятливу атмосферу взаємодії дітей у групі.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання

Психологічна розминка. Гра «Вітер віє на...»

Гра «На що схожий настрій?»

ІІ. Основна частина заняття

Вправа «Як було б, якби...»

Вправа «Ласкавий водопад»

Пластичний етюд «Квіточка»

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Вправа-прощання «Компліменти»

Заняття № 6.

Мета: коректувати неадекватну самооцінку дітей; вчити прийомам самоконтролю і саморегуляції поведінки; формувати навички зниження негативних емоцій, вчити дітей альтернативних варіантів поведінки в ситуації конфлікту; знижувати психоемоційне напруження; створити позитивну психологічну атмосферу взаємодії дітей у групі.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання. Вправа «Давайте привітаємося»

Психологічна розминка. Етюд «Складемо історію»

ІІ. Основна частина заняття

Гра «Відгадай, про кого йдеться»

Гра «Тух – тібі – дух»

Вправа Опануй себе»

Вправа-гра «Подарунок»

Вправа на релаксацію «Дощик»

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Заняття № 7.

Мета: підвищувати самооцінку дітей, надати можливість для самовдосконалення, пошуку гарних слів для інших учасників; створювати сприятливу атмосферу взаємодії дітей у групі; сприяти зняттю психоемоційного напруження, досягненню відчуття спокою.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання. Гра «Добрі слова»

Психологічна розминка «Дружба починається з посмішки»

ІІ. Основна частина заняття

Вправа «Похвали себе»

Вправа «Скульптура моїх хороших якостей»

Етюд «Скажи хороші слова про свого друга»

Рольова гра «Добра чарівниця» (інсценізація казки)

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Завершальна вправа «Добрі побажання»

Заняття № 8.

Мета: оптимізувати самооцінку дітей, підвищувати самоповагу та позитивне самоставлення, закріпити уявлення про характерні риси і поведінку гарного і поганого хлопчика (дівчинки); надати можливість відчути себе сильним, впевненим в собі, підвести підсумки участі в програмі занять.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання

Психологічна розминка. Пластичний етюд «Пташка» (під музичний супровід)

ІІ. Основна частина заняття

Вправа «Мої сильні сторони»

Рольова гра-інсценізація «Один день із життя поганого-доброго хлопчика (дівчинки)»

Гра «Рятувальники»

Вправа на релаксацію «Я і природа»

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Завершальна вправа «Я навчився»

Вважаємо цінною завершальну вправу на останньому, восьмому занятті. Провівши всю програму занять, ми запитували у дітей, пропонуючи їм продовжити фразу «За час занять я навчився (навчилась) …». Всі дошкільники повинні були розповісти, що нового вони дізналися про себе, інших дітей, чого навчилися. Наприкінці заняття запитували «З якими емоціями завершаємо сьогоднішнє заняття?». Після цього підвели підсумок, що діти навчилися бути гарними, сміливими, впевненими в собі, і висловили сподівання, що вони будуть рости добрими, сильними, доброзичливими до себе та до оточуючих людей.

Розроблену програму психологічних занять з розвитку самооцінки дошкільників було проведено із вихованцями експериментальної групи «Морська». Із дітьми старшої групи «Космічна» додаткових психологічних занять не проводилось, ці вихованці навчалися за звичайною програмою.

Відзначимо високу активність дошкільнят експериментальної групи «Морська» під час психологічних занять, вони охоче приймали участь у різних іграх, вправах, залюбки малювали та ліпили із пластиліну за завданням дорослого, намагалися якомога краще виконати обрані ролі у різних сюжетно-рольових іграх. Вчилися бути сміливими, впевненими в собі, закріплювати навички «хорошого хлопчика» (дівчинки), з’ясовували, за що можна себе поважати і любити та ін.

Загалом у групі переважала позитивна атмосфера, діти намагалися бути доброзичливі один до одного. Під час психологічних занять та після них у

дітей експериментальної групи підвищилися впевненості в собі, стала проявлятися більш адекватна самооцінка. Дошкільники стали більш уважніші до інших дітей, не намагалися до самоствердження за рахунок інших, а сором'язливі та тихенькі діти почали більш активно себе поводити, говорити про себе «я хороший», «я молодець» тощо.

Також, зважаючи на отримані результати дослідження про значний вплив батьківського ставлення на формування самооцінки дітей, ми провели з батьками дошкільників ЕГ «Морська» індивідуальні та групові консультації, надали їм рекомендації з розвитку адекватної самооцінки дитини дошкільного віку (за Ю. Бабаян і Н. Тимченко [2], Ж. Мельник [40]) та поради для підвищення впевненості дітей у собі, розвитку їх позитивного самосприйняття та створення умов для закріплення адекватної самооцінки (додаток Ж).

Для підтвердження ефективності проведеної психологічної роботи з вихованцями старшої групи за розробленою програмою психологічних занять з розвитку самооцінки дошкільників ми організували контрольне опитування дітей та порівняли результати «до» та «після» її проведення.

Представимо результати контрольного експерименту та проаналізуємо динаміку змін в проявах самооцінки дітей старшого дошкільного віку. За методикою В. Щур ми отримали наступні результати опитування дітей експериментальної та контрольної груп (табл. 3.13.). Відповідно до проаналізованих відповідей дітей ми встановили, що серед вихованців контрольної групи незначно змінилися погляди на самооцінку – так, завищену самооцінку мають 40% дошкільників. Адекватна самооцінка виявлена у 43,3% дітей, а занижену мають 16,7% дітей цієї групи. Порівнюючи ці дані з попередніми, помічаємо збільшення кількості вихованців з адекватною самооцінкою на 3,3%.

Щодо відображеної самооцінки (як би оцінили батьки, на яку сходинку за шкалою «хорошості» поставили?), тут спостерігається навіть підвищення кількості дітей із завищеною самооцінкою (на 6,7%), а занижену самооцінку

дають собі така ж кількість дітей (23,3%). Отримані дані вказують на незначність динаміки у розвитку самооцінки вихованців контрольної групи.

Таблиця 3.13

Прояви самооцінки дошкільників ЕГ та КГ за методикою В. Щур

Рівні самооцінки	ЕГ «Морська» (30 дітей)				КГ «Космічна» (30 дітей)			
	До		Після		До		Після	
	дітей	%	дітей	%	дітей	%		
Самооцінка (оцінка себе)								
Занижена, низька самооцінка	10	33,3%	2	6,7%	6	20%	5	16,7%
Адекватна, нормальна самооцінка	8	26,7%	18	60%	12	40%	13	43,3%
Завищена самооцінка	12	40%	10	33,3%	12	40%	12	40%
Відображена самооцінка (очікувана оцінка батьків)								
Занижена, низька самооцінка	11	36,7%	8	26,7%	7	23,3%	7	23,3%
Адекватна, нормальна самооцінка	8	26,7%	14	46,7%	14	46,7%	12	40%
Завищена самооцінка	11	36,7%	8	26,7%	9	30%	11	36,7%

Серед дітей експериментальної групи, з якими ми проводили програму психологічних занять з розвитку самооцінки старших дошкільників, встановлено позитивну динаміку змін. Зокрема, при повторному опитуванні більше дітей поставили себе на середні та вищі сходинки, ніж це було на попередньому етапі експерименту. Вони супроводжували свої дії більш позитивними оцінками своїх рис та якостей, був помітний їх піднесений і бадьорий настрій при опитуванні. На контрольному етапі 60% дітей вказали на оптимальну адекватну самооцінку, ще у третини залишилась завищена самооцінка (33,3%), проте занижену самооцінку мають тільки 6,7% вихованців, що вказує на позитивний результат проведеної роботи.

Про відображену самооцінку (очікувана самооцінка батьків) можемо сказати так само позитивно. По 26,7% дітей експериментальної групи очікують заниженої або завищеної самооцінки, проте 46,7% вихованців вважають, що батьки дають їм адекватну самооцінку і знають, де за шкалою «хорошості» знаходяться їх діти.

Порівнюючи результати констатувального та контрольного опитування дітей експериментальної групи, відзначимо зростання кількості вихованців з

адекватною самооцінкою на 33,3%. Представимо наочно ці дані за допомогою рис. 3.9.

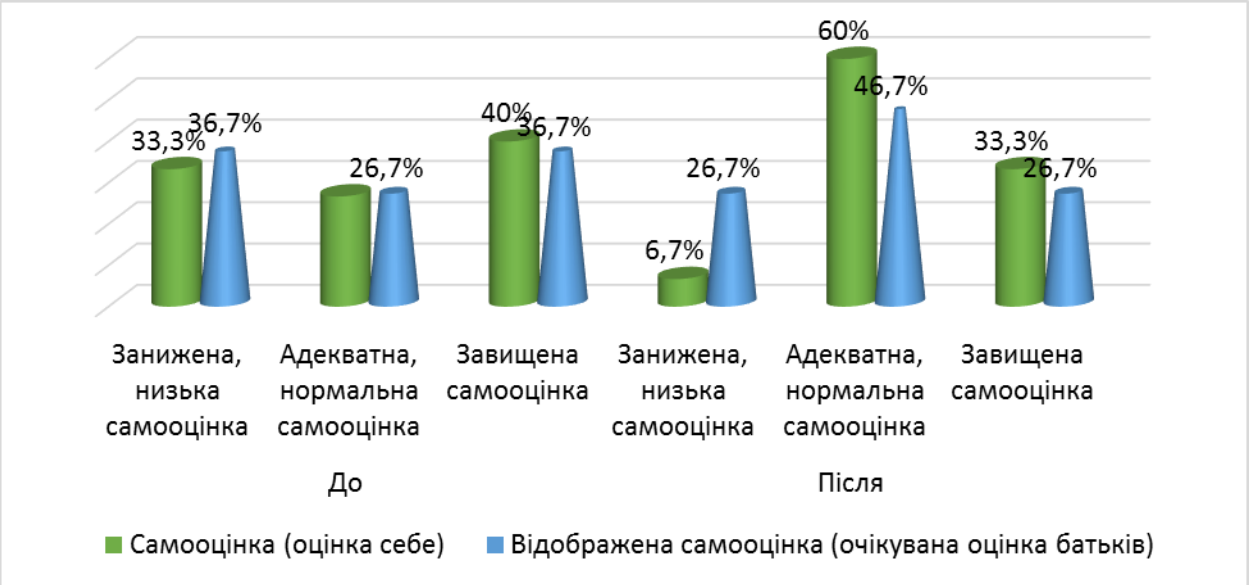


Рис. 3.9. Динаміка самооцінки дошкільників ЕГ за методикою В. Щур

Отже, після проведення з дошкільниками програми психологічних занять з розвитку адекватної самооцінки серед них стало більше дітей із адекватною самооцінкою (на 33,3%). Стало значно менше вихованців із заниженою (на 26,6%) та завищеною (на 6,7%) самооцінкою.

Також ми помітили збільшення кількості дошкільників із адекватною оцінкою батьків (на 20%). Завищену оцінку собі з позиції очікувань батьків дають 26,7% дітей, що на 10% менше, ніж при минулому опитуванні, так само на 10% зменшилась кількість дітей, які вважали, що батьки їх низько оцінюють і можуть поставити на нижчі сходинки за шкалою «хорошості».

Загалом на третину більше стало дітей старшого дошкільного віку із адекватною самооцінкою, здатних до оптимального усвідомлення своїх хороших рис та якостей, із достатнім рівнем самоповаги і позитивного самоставлення. Це підтверджує ефективність проведеної формувальної роботи за програмою психологічних занять з розвитку адекватної самооцінки старших дошкільників.

За методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн, використаною повторно у ході контрольного експерименту, ми отримали наступні результати опитування дошкільників експериментальної та контрольної груп (табл. 3.14.).

Таблиця 3.14.

Самооцінка різних характеристик дошкільників ЕГ та КГ за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн

Сфери життєдіяльності	Рівні самооцінки	ЕГ «Морська» (30 дітей)				КГ «Космічна» (30 дітей)			
		До		Після		До		Після	
		дітей	%	дітей	%	дітей	%	дітей	%
Самооцінка «розумових здібностей»	Низька	10	33,3 %	4	13,3 %	8	26,7 %	8	26,7 %
	Середня, нормальна	12	40%	20	66,7 %	12	40%	14	46,7 %
	Завищена	8	26,7 %	6	20%	10	33,3 %	8	26,7 %
Самооцінка «рис характеру»	Низька	8	26,7 %	4	13,3 %	2	6,7%	3	10%
	Середня, нормальна	10	33,3 %	20	66,7 %	14	46,7 %	12	40%
	Завищена	12	40%	6	20%	14	46,7 %	15	50%
Самооцінка «красивої зовнішності»	Низька	7	23,3 %	6	20%	7	23,3 %	7	23,3 %
	Середня, нормальна	12	40%	16	53,3 %	10	33,3 %	14	46,7 %
	Завищена	11	36,7 %	8	26,7 %	13	43,3 %	9	30%
Самооцінка «доброти»	Низька	8	26,7 %	4	13,3 %	6	20%	6	20%
	Середня, нормальна	13	43,3 %	16	53,3 %	13	43,3 %	14	46,7 %
	Завищена	9	30%	10	33,3 %	11	36,7 %	10	33,3 %
Самооцінка «щастя» (емоційного благополуччя)	Низька	8	26,7 %	4	13,3 %	8	26,7 %	8	26,7 %
	Середня, нормальна	14	46,7 %	20	66,7 %	10	33,3 %	14	46,7 %
	Завищена	8	26,7 %	6	20%	12	40%	8	26,7 %
Узагальнені результати визначення самооцінки	Низька	8	26,7 %	4	13,3 %	6	20%	6	20%
	Середня, нормальна	13	43,3 %	20	66,7 %	13	43,3 %	15	50%
	Завищена	9	30%	6	20%	11	36,7 %	9	30%

За результатами опитування контрольної групи встановлено перевагу адекватної самооцінки розумових здібностей та красивої зовнішності, доброти та емоційного благополуччя у 46,7% дошкільників, адекватної самооцінки рис характеру у 40% дітей. Занижена самооцінка названих характеристик виявлена у 20-26,7% вихованців контрольної групи, а завищена у 26,7-33,3% дітей. Проте відзначимо завищену самооцінку рис характеру у 50% дітей контрольної групи.

За окремими характеристиками самооцінки – у контрольній групі стало більше дітей з адекватною самооцінкою розумових здібностей (на 6,7%) і красивої зовнішності (на 13,4%). При цьому третина дітей мають завищену самооцінку зовнішності (30%). На 6,7% стало більше дітей із адекватною самооцінкою доброти, на 13,4% – з адекватною самооцінкою емоційного благополуччя. За загальними результатами – в КГ на 6,7% стало більше дітей із адекватним рівнем самооцінки, і на стільки ж стало менше дітей із завищеною самооцінкою. Кількість дітей КГ із заниженою самооцінкою залишайсь незмінною (20%).

В експериментальній групі виявлено перевагу середнього, нормального рівня самооцінки розумових здібностей, рис характеру та емоційного благополуччя у 66,7% дітей. Також у 53,3% дошкільнят встановлено адекватний рівень самооцінки красивої зовнішності та доброти. Занижений рівень самооцінки виявлено у 13,3% дітей майже за всіма шкалами методики (крім красивої зовнішності, тут низьку самооцінку мають 20% дітей). завищену самооцінку демонструють від 20% до 33,3% вихованців експериментальної групи.

Порівнюючи результати з попередньо отриманими, помічаємо позитивний вплив проведеної психологічної роботи з підвищення адекватної самооцінки дітей. Зокрема, в експериментальній групі стало більше вихованців із середнім, нормальним рівнем самооцінки розумових здібностей (на 26,7%) і рис характеру (на 33,3%), красивої зовнішності (на 13,3%), доброти (на 20%), емоційного благополуччя (на 20%). Загалом на 13,3-20%

стало менше дошкільників ЕГ із заниженою самооцінкою різних характеристик особистості. Також стало менше дітей із завищеною самооцінкою, крім шкали «доброти», тут так само третина дітей дошкільного віку вважають себе найкращими і найдобрішими (33,3%, було 30%). Загалом на 23,4% стало більше дошкільників ЕГ з нормальною, середньою самооцінкою, і на 13,3% зменшилась їх кількість із заниженою самооцінкою, що вказує на високу ефективність проведеної програми психологічних занять з розвитку самооцінки дітей старшого дошкільного віку.

При цьому, розглядаючи загальні результати опитування дітей про рівень самооцінки, помічаємо, що відповіді дітей контрольної групи змінилися не значно, переважна більшість дошкільників мають середню, нормальну самооцінку (50%, що на 6,7% більше ніж при констатувальному опитуванні). Занижена самооцінка виявлена у 20% дітей, а завищена – у 30% дошкільників цієї групи.

Серед вихованців експериментальної групи встановлено перевагу адекватного, середнього рівня самооцінки за більшістю досліджуваних шкал-характеристик (66,7%), у 20% дітей встановлено завищену самооцінку, і в 13,3% діагностовано занижені її показники.

Порівнюючи ці дані з результатами констатувального експерименту, помічаємо зниження кількості дітей із заниженою самооцінкою на 13,4%, із завищеною самооцінкою на 10%. І загальне зростання кількості дітей із нормальною адекватною самооцінкою на 23,4%. Представимо наочно динаміку змін у проявах самооцінки дітей експериментальної групи за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн (рис. 3.10.). Таким чином, серед вихованців експериментальної групи на 23,4% стало більше дітей із адекватною, нормальною самооцінкою, вони стали вище оцінювати власні розумові здібності, риси характеру, прояви доброти, відчувати себе емоційно благополучніше.

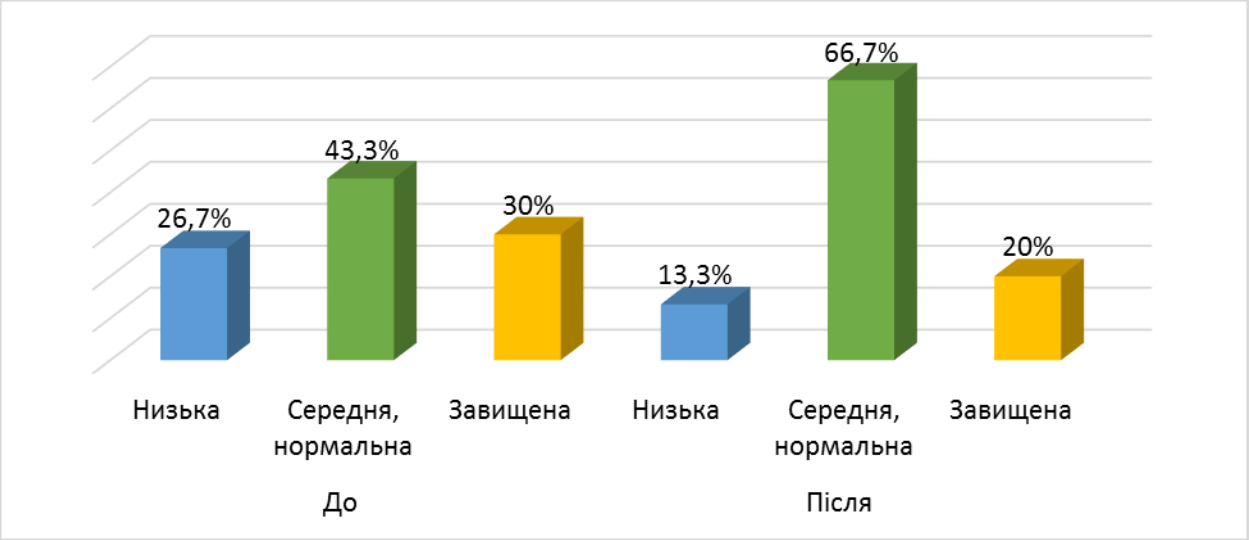


Рис. 3.10. Динаміка самооцінки дошкільників ЕГ за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн

Це підтверджує високу ефективність проведеної роботи та дозволяє рекомендувати розроблену та апробовану програму психологічних занять з розвитку самооцінки дошкільників до впровадження у практичну діяльність психолога з вихованцями старших груп.

Використовуючи наступну методику діагностики самооцінки особистісних якостей дошкільників (Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної), ми отримали наступні результати опитування дітей експериментальної та контрольної груп (табл. 3.15.). У дітей контрольної групи встановлено переважання адекватної самооцінки моральних і вольових якостей (у 53,3%), зовнішніх характеристик, вмінь і навичок в діяльності, доброзичливості у ставленні до однолітків (у 46,7%). Занижений рівень самооцінки виявлено у 20% дошкільників контрольної групи, а завищений – у 26,7-33,3%. При цьому, порівняно із результатами попереднього опитування, на 6,7% стало більше дітей із адекватною самооцінкою моральних і вольових якостей, вмінь і навичок діяльності. За узагальненими результатами опитування дошкільників контрольної групи змін не виявлено, так само 46,7% дітей мають адекватну самооцінку особистісних костей, завищена самооцінка

встановлена у 33,3% дітей (менше на 3,3%), а завищена – у 20% (більше на 3,3%).

Таблиця 3.15.

Прояви самооцінки особистісних якостей у дошкільників ЕГ та КГ за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

Якості	Рівні самооцінки	ЕГ «Морська» (30 дітей)				КГ «Космічна» (30 дітей)			
		До		Після		До		Після	
		дітей	%	дітей	%	дітей	%	дітей	%
Самооцінка зовнішніх характеристик	Занижена	8	26,7%	4	13,3%	6	20%	6	20%
	Адекватна	12	40%	20	66,7%	14	46,7%	14	46,7%
	Завищена	10	33,3%	6	20%	10	33,3%	10	33,3%
Самооцінка моральних якостей	Занижена	8	26,7%	4	13,3%	6	20%	6	20%
	Адекватна	13	43,3%	20	66,7%	13	43,3%	16	53,3%
	Завищена	9	30%	6	20%	11	36,7%	8	26,7%
Самооцінка вольових якостей	Занижена	9	30%	4	13,3%	5	16,7%	6	20%
	Адекватна	12	40%	18	60%	14	46,7%	16	53,3%
	Завищена	9	30%	8	26,7%	11	36,7%	8	26,7%
Самооцінка вмінь і навичок у діяльності	Занижена	11	36,7%	4	13,3%	7	23,3%	6	20%
	Адекватна	11	36,7%	16	53,3%	13	43,3%	14	46,7%
	Завищена	8	26,7%	10	33,3%	10	33,3%	10	33,3%
Самооцінка доброзичливості у ставленні до однолітків	Занижена	9	30%	4	13,3%	5	16,7%	6	20%
	Адекватна	13	43,3%	20	66,7%	13	43,3%	14	46,7%
	Завищена	8	26,7%	6	20%	12	40%	10	33,3%
Узагальнена самооцінка особистісних якостей	Занижена	9	30%	4	13,3%	5	16,7%	6	20%
	Адекватна	12	40%	20	66,7%	14	46,7%	14	46,7%
	Завищена	9	30%	6	20%	11	36,7%	10	33,3%

В експериментальній групі виявлено більш помітні зміни. На контрольному етапі опитування дітей переважна більшість мають адекватну самооцінку, що стосується таких характеристик, як зовнішня краса, моральні якості, доброзичливість у ставленні до однолітків (66,7%). У 60% дітей виявлено адекватну самооцінку вольових якостей, а в 53,3% – адекватну самооцінку вмінь і навичок у діяльності. Занижена самооцінка різних характеристик виявлена у 13,3% дітей експериментальної групи, а завищена у 20-33,3%. При цьому, порівнюючи ці дані з результатами попереднього опитування, помічаємо підвищення кількості дітей з адекватною самооцінкою зовнішніх характеристик (на 26,7%), моральних якостей і доброзичливості у ставленні до однолітків (на 23,4%), вольових якостей (на 20%), вмінь і навичок у діяльності (на 16,6%). Загалом на 10% стало менше

дітей експериментальної групи із завищеною самооцінкою різних особистісних якостей. Вищевказане підтверджує високу ефективність проведеної програми психологічних занять з розвитку самооцінки дітей старшого дошкільного віку.

Отже, за загальною самооцінкою особистісних якостей у вихованців експериментальної групи помітні виразні позитивні зміни. Так, при повторному опитуванні більшість дошкільників цієї групи стали демонструвати адекватну самооцінку (66,7%). У 20% опитаних дітей виявлено завищену самооцінку, що на 10% менше, ніж при першому опитуванні. І ще в 13,3% вихованців експериментальної групи залишилась занижена самооцінка особистісних якостей, що загалом на 16,7% менше, ніж на початку експерименту.

Представимо наочно дані зміни у проявах самооцінки вихованців експериментальної групи (рис. 3.11.):

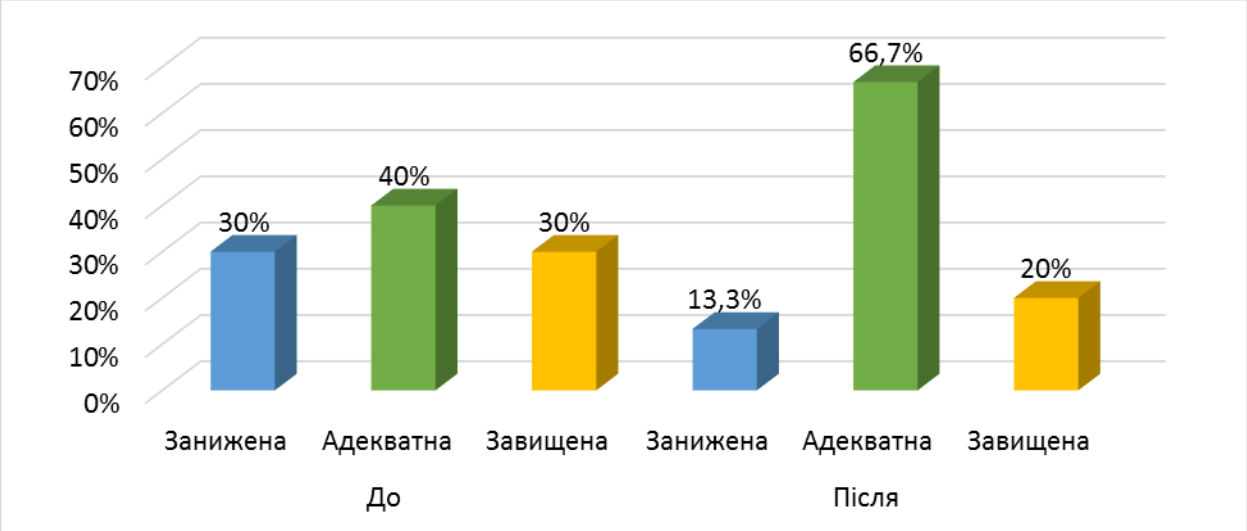


Рис. 3.11. Динаміка самооцінки дошкільників ЕГ за методикою Г. А. Урунтаєвої, Ю. А. Афонькіної

Отже, в експериментальній групі збільшилась кількість дітей з адекватною самооцінкою (на 26,7%), що підтверджує ефективність проведеної психологічної роботи з розвитку самооцінки дітей дошкільного віку за розробленою програмою психологічних занять.

За даними методики Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної щодо дослідження самооцінки дітей у різних видах діяльності встановлено, що результати контрольної групи майже не змінилися (табл. 3.16.).

Таблиця 3.16.

Показники адекватності самооцінки та рівня домагань у дошкільників ЕГ та КГ за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

Показники і рівні			ЕГ «Морська» (30 дітей)				КГ «Космічна» (30 дітей)			
			До		Після		До		Після	
			дітей	%	дітей	%	дітей	%	дітей	%
Малювання	Самооцінка	Занижена	8	26,7%	4	13,3%	4	13,3%	4	13,3%
		Адекватна	13	43,3%	20	66,7%	15	50%	16	53,3%
		Завищена	9	30%	6	20%	11	36,7%	10	33,3%
	Рівень домагань	Занижений	8	26,7%	5	16,7%	8	26,7%	8	26,7%
		Адекватний	13	43,3%	16	53,3%	11	36,7%	12	40%
		Завищений	9	30%	9	30%	11	36,7%	10	33,3%
Трудова діяльність	Самооцінка	Занижена	10	33,3%	4	13,3%	4	13,3%	4	13,3%
		Адекватна	11	36,7%	20	66,7%	15	50%	15	50%
		Завищена	9	30%	6	20%	11	36,7%	11	36,7%
	Рівень домагань	Занижений	8	26,7%	5	16,7%	4	13,3%	4	13,3:
		Адекватний	11	36,7%	16	53,3%	11	36,7%	14	46,7%
		Завищений	11	36,7%	9	30%	15	50%	12	40%
Рухові вправи	Самооцінка	Занижена	8	26,7%	5	16,7%	8	26,7%	8	26,7%
		Адекватна	11	36,7%	20	66,7%	15	50%	15	50%
		Завищена	11	36,7%	5	16,7%	7	23,3%	7	23,3%
	Рівень домагань	Занижений	11	36,7%	6	20%	7	23,3%	7	23,3%
		Адекватний	11	36,7%	16	53,3%	15	50%	16	53,3%
		Завищений	8	26,7%	8	26,7%	8	26,7%	7	23,3%
Заг. показник	Самооцінка	Занижена	10	33,3%	4	13,3%	4	13,3%	4	13,3%
		Адекватна	11	36,7%	20	66,7%	15	50%	16	53,3%
		Завищена	9	30%	6	20%	11	36,7%	10	33,3%
	Рівень домагань	Занижений	11	36,7%	6	20%	7	23,3%	7	23,3%
		Адекватний	9	30%	16	53,3%	15	50%	15	50%
		Завищений	10	33,3%	8	26,7%	8	26,7%	8	26,7%

Помітно, що результати опитування дітей контрольної групи майже не змінилися, близько половини дошкільників мають адекватну самооцінку (53,3%), у третини виявлено завищений рівень (33,3%), а решта мають низький рівень (13,3%). При цьому за домаганнями – 50% дітей мають адекватний, нормальний прояв, у 26,7; встановлено завищений рівень, а в 23,3% – низький.

Також встановлено, що переважна більшість дошкільників експериментальної групи мають після проведення з ними формувальної

роботи покращені результати – так, зокрема, 66,7% дітей стали виявляти адекватну самооцінку в малюванні, трудовій діяльності та рухових вправах. А 53,3% стали виявляти оптимальний високий рівень домагань за цими сферами. При цьому можемо відзначити зростання кількості дошкільників з адекватними проявами самооцінки у сфері малювання (на 23,4%), трудової діяльності (на 30%), рухових вправ (на 30%) та рівня домагань (на 10%, 16,6 і 16,6% відповідно до трьох названих сфер продуктивних видів діяльності). І значно знизилась кількість дошкільників з низькими їх характеристиками самооцінювання (на 10-20%) та домагань (на 10-16,7%).

Для кращої наочності вважаємо вартим відобразити отримані результати констатувального та контрольного опитування дошкільників ЕГ щодо проявів їх самооцінки за допомогою рис. 3.12.

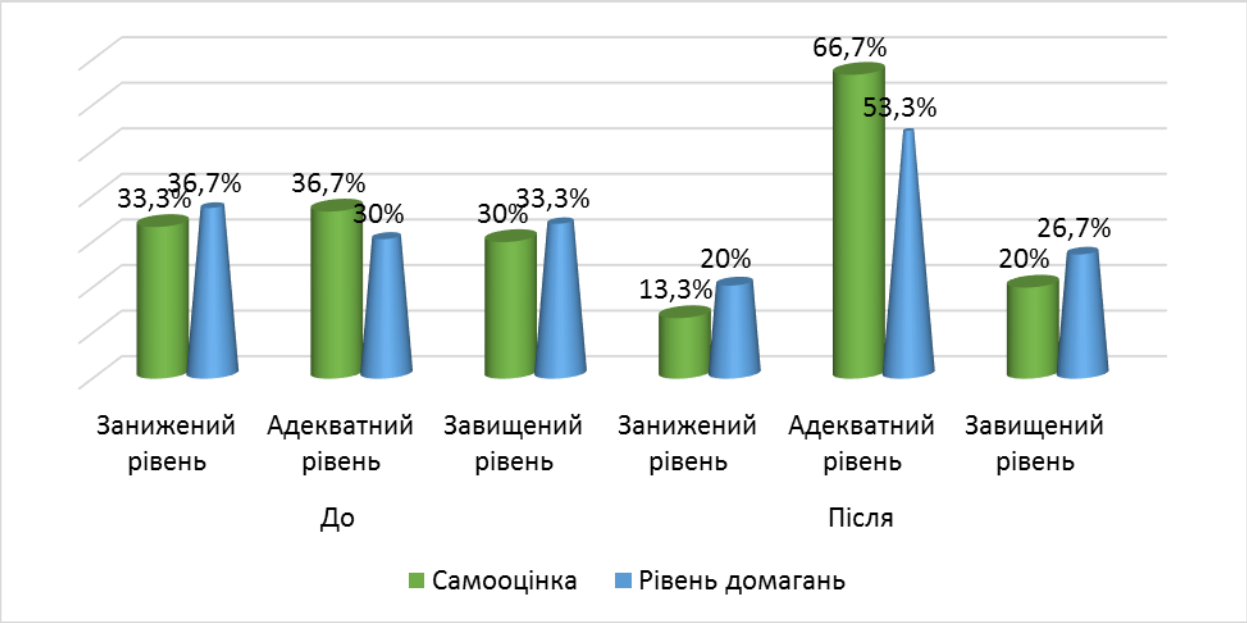


Рис. 3.12. Динаміка адекватності самооцінки та рівня домагань дошкільників ЕГ за методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної

Як бачимо, після проведення з дітьми формувальної роботи було відзначено покращення у проявах самооцінки та рівня домагань – так, на 30% стало більше дошкільників з адекватним проявом самооцінки, на 20% стало менше дітей з низьким її рівнем прояву, і на 10% стало менше дітей із завищеною самооцінкою.

Щодо проявів домагань – на 16,7% стало менше дітей експериментальної групи із заниженим показником домагань, на 6,7% стало менше учасників з завищеним рівнем домагань. І на 23,3% стало більше дітей з адекватним показником прояву рівня домагань. На основі встановлених даних констатуємо високу ефективність проведеної психологічної роботи з дітьми старшого дошкільного віку.

Повторно опитуючи матерів дошкільників за тестом Г. Тарабасової, ми отримали наступні дані (табл. 3.17.).

Таблиця 3.17.

Характеристики емоційних ставлень батьків до дошкільників ЕГ та КГ за тестом Г. Тарабасової

Характеристики ставлень батьків до дітей	ЕГ «Морська» (30 дітей)				КГ «Космічна» (30 дітей)			
	До		Після		До		Після	
	дітей	%	дітей	%	дітей	%	дітей	%
Завищене позитивне ставлення до дитини (всі оцінки позитивні)	8	26,7%	8	26,7%	12	40%	11	36,7%
Адекватне сприйняття дитини (переважання позитивних оцінок)	12	40%	20	66,7%	14	46,7%	15	50%
Сумнівна оцінка дитини (половина позитивних, половина негативних оцінок)	10	33,3%	2	6,7%	4	13,3%		

Ставлення матерів до дітей контрольної групи «Космічна» майже не змінилися, так само більшість матерів вказали на адекватне сприйняття дитини, коли вони бачать і позитивні, і негативні риси, однак приймають дитину такою, як вона є, підтримують її, люблять (50%). У третини опитаних виявлено перевагу завищеного позитивного ставлення до дітей (36,7%).

Серед опитуваних матерів дошкільників експериментальної групи «Морська» стало більше осіб з адекватним ставленням до своїх дітей (на 26,7%), ці матері вказували і позитивні, і негативні риси, при цьому позитивних рис дітей було названо більше. На 26,7% зменшилась кількість матерів, які давали сумнівну оцінку, вказуючи на половину чи більшу частину негативних рис своїх дітей.

Представимо наочно отримані дані опитування матерів дітей дошкільного віку ЕГ за тестом Г. Тарабасової (рис. 3.13).

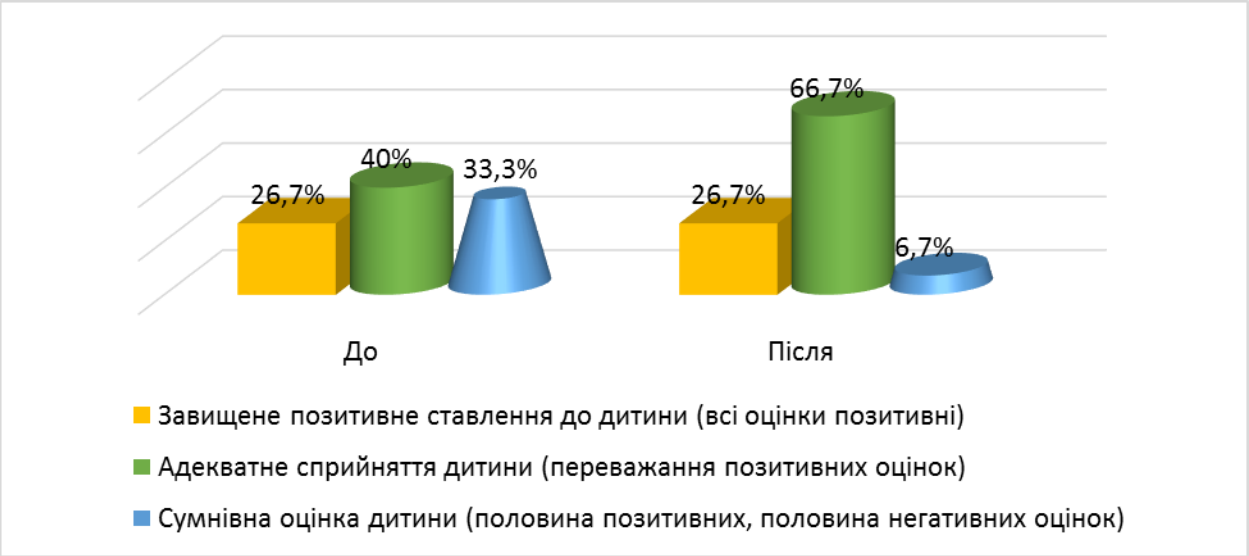


Рис. 3.13. Динаміка емоційних ставлень батьків до дітей-дошкільників ЕГ за тестом Г. Тарабасової

Відповідно до відображених на рис. 3.12. даних, в експериментальній групі внаслідок проведеної психологічної роботи з батьками було виявлено зростання кількості матерів із адекватним сприйняттям дитини (на 26,7%). Так само зменшилась частка опитуваних із сумнівними оцінками, коли називалася переважно негативні риси дітей (на 26,7%). І не змінилась кількість матерів, які називали тільки позитивні оцінки дітей, що вказує на завищене позитивне ставлення до дитини.

Отже, проведена психологічна робота з матерями дошкільників (консультації з наданням рекомендацій з розвитку самооцінки дітей) сприятливо вплинула на їх ставлення до дітей, оптимізувала батьківсько-дитячі відносини в їх сім'ях, що забезпечило умови для гармонізації розвитку особистості дітей та формування їх адекватної самооцінки.

Відповідно до проаналізованих результатів контрольного експерименту доведено гіпотезу дослідження про більш оптимальні показники самооцінки дітей старшого дошкільного віку внаслідок цілеспрямованого психологічно-

розвивального впливу розробленою програмою психологічних занять з розвитку самооцінки дітей старшого дошкільного віку.

Висновки до розділу 3

На основі проаналізованих результатів дослідження встановлено, що більшість дітей дошкільного віку володіють адекватною і завищеною самооцінкою (33,3% і 40%). Також у них переважають нормальний та завищений рівні відображеної самооцінки (очікуваної оцінки батьків) – у 36,7% і 33,3%.

Детальніше аналізуючи характеристики самооцінки дошкільників, бачимо, що близько третини з них мають занижені прояви самооцінки, однак адекватну та завищену самооцінку мають переважна більшість дітей. При цьому зауважимо, що досить часто завищена самооцінка дітей є віковою нормою і на кінець дошкільного віку – початок молодшого шкільного віку вона має дещо змінитися, стабілізуватися. Цьому сприяє розширення уявлень дитини до себе, про свій світ, про власні особливості, риси характеру тощо.

За даними проведеної з дітьми методики Т. Дембо-С. Рубінштейн встановлено, що 40-43,3% дошкільників мають адекватний рівень самооцінки розумових здібностей, рис характеру, красивої зовнішності, доброти, емоційного благополуччя. І від 16,7% до 30% дітей мають прояви заниженої самооцінки. За узагальненими результатами 33,3% дітей мають завищену самооцінку, 43,3% – адекватну, а решта 23,3% – занижену.

Також було розглянуто оцінку дітьми своїх зовнішніх характеристик, моральних і вольових якостей, вмінь і навичок у практичній діяльності, доброзичливості у ставленні до однолітків. За цими показниками більшість дітей так само мають адекватну самооцінку (43,3%), у третини встановлено завищену самооцінку (33,3%), а в решти – занижену (23,3%).

Досліджуючи прояви самооцінки дітей у різних видах продуктивної діяльності, встановили, що в малюванні, трудовій діяльності, виконанні

рухливих вправ дошкільники насамперед демонструють середній, адекватний рівень самооцінки і домагань, у третини дітей встановлено завищені показники. При цьому 23,3% дітей мають занижену самооцінку, а 30% дітей відрізняються заниженим рівнем домагань.

Відповідно до висунутої гіпотези про вплив батьківського ставлення на самооцінку дітей провели опитування матерів дошкільників і встановили, що 33,3% з них мають завищене позитивне ставлення до дитини (називають тільки позитивні якості). У 43,3% виявлено адекватне сприйняття дитини, коли матері називали і гарні, і погані якості, але гарних якостей було більше. А в 23,3% встановлено сумнівне ставлення до дитини, не стійке, коли серед названих якостей було половина гарних, і половина негативних оцінок).

Провели якісний аналіз впливу батьківського ставлення на розвиток самооцінки дітей старшого дошкільного віку, встановили, що у дітей, батьки яких мають позитивно-завищене ставлення до дошкільників, переважають завищена самооцінка як загальна, так і часткова, що стосується їх розумових здібностей, краси, добра, моральних і вольових якостей, вмінь і навичок практичної діяльності. Діти, які мають адекватне ставлення батьків, переважно мають адекватну, нормальну самооцінку, вказують на гарне розуміння своїх сил і здібностей, обирають відповідні завдання для виконання, які їм під силу. А для дітей, у ставленні чиїх батьків спостерігається не стійкість, сумніви щодо гарних і поганих рис дошкільників, однозначно виявляють занижені показники як самооцінки, так і рівня домагань.

Зважаючи на наявність третини дошкільників із заниженим рівнем самооцінки, встановлено потребу проведення з ними психологічної роботи з розвитку адекватної самооцінки.

Для проведення роботи з дітьми розроблено програму психологічних занять з розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку, яка має на меті: розвиток адекватної самооцінки у дітей дошкільного віку; формування позитивного самоставлення та доброзичливого ставлення до однолітків;

створення сприятливої атмосфери доброзичливої взаємодії з іншими дітьми. Структурно програма включає 8 занять по 20-25 хв. кожне, і передбачає використання таких методів і прийомів роботи з дітьми: ігротерапія (сюжетно-рольові ігри, ігри-етюди), арт-терапія (вільне малювання), психорелаксація, психологічні етюди, інсценізації, пантоміми.

Цю програму провели з дітьми ЕГ «Морська», залучивши всіх дошкільників до активної ігрової і розвивальної діяльності. Також ми провели з їх батьками індивідуальні та групові консультації, надали їм рекомендації з розвитку адекватної самооцінки дитини дошкільного віку та поради для підвищення впевненості дітей у собі, розвитку їх позитивного самосприйняття та створення умов для закріплення адекватної самооцінки.

Після проведення роботи з дітьми і їх батьками організовано контрольне опитування респондентів, і встановлено, що в КГ «Космічна» зміни не значні, а в ЕГ «Морська» виразні позитивні зміни свідчать про збільшення кількості дітей із оптимальною позитивною самооцінкою. Зокрема, за методикою В. Щур в ЕГ на 33,3% стало більше дітей із адекватною самооцінкою, за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн – в ЕГ стало більше вихованців із нормальним рівнем самооцінки розумових здібностей (на 26,7%) і рис характеру (на 33,3%), красивої зовнішності (на 13,3%), доброти та емоційного благополуччя (на 20%). Загалом серед вихованців експериментальної групи на 23,4% стало більше дітей із адекватною самооцінкою.

За методикою Г. Урунтаєвої, Ю. Афонькіної в ЕГ підвищилась кількість дітей з адекватною самооцінкою зовнішніх характеристик (на 26,7%), моральних якостей і доброзичливості у ставленні до однолітків (на 23,4%), вольових якостей (на 20%), вмінь і навичок у діяльності (на 16,6%). Також при дослідженні самооцінки дітей у різних видах діяльності встановлено, що в ЕГ стало більше дошкільників з адекватними проявами самооцінки у сфері малювання (на 23,4%), трудової діяльності (на 30%), рухових вправ (на 30%). І навіть у відповідях батьків дошкільників ЕГ

встановлено позитивні зміни – на 26,7% стало більше опитуваних з адекватним ставленням до своїх дітей.

На основі підтвердженої ефективності розробленої та апробованої програми психологічних занять з розвитку адекватної самооцінки дошкільників рекомендуємо її до впровадження у практичну діяльність психолога ЗДО з вихованцями старших груп.

ВИСНОВКИ

На основі теоретичного і практичного вивчення психологічних особливостей розвитку самооцінки у дітей дошкільного віку сформовано такі висновки відповідно до поставлених завдань дослідження:

1. У межах виконання першого завдання теоретично проаналізовано особливості розвитку самооцінки дітей дошкільного віку в психологічній літературі. Найчастіше самооцінка визначається як оцінка людиною самої себе, своїх здібностей, якостей і вчинків. Вона відноситься до пізнавальної форми прояву самосвідомості спільно із самоспостереженням, самоаналізом, самовідчуттям. Загалом самооцінка є результатом роботи самопізнання і емоційно-ціннісного ставлення людини до себе.

Дошкільний вік є сенситивним для формування самооцінки, в ньому закладаються основи для розвитку емоційно-ціннісного ставлення дитини до себе. Дитина оволодіває новими, достатньо складними видами діяльності, вступає в нові форми спілкування з дорослими. Саме цей час є успішним для формування механізмів становлення самооцінки. Спочатку дитина усвідомлює свої фізичні можливості, вміння, якості, поступово у неї формується критичне ставлення до оцінки дорослого і однолітка. І надалі через оцінювання однолітка дитина вчиться оцінювати саму себе.

Першою у дитини виникає часткова самооцінка у конкретному мисленнєвому виді діяльності, і пізніше дошкільник перенасить її на інші види життєдіяльності, поступово формуючи загальне уявлення про себе, свої здібності і можливості, якості.

Тільки адекватна самооцінка сприяє гармонійному розвитку дитини, допомагає правильно обирати і виконувати поставлені завдання, відчувати емоційний комфорт у спілкуванні з дорослими і однолітками. Діти з адекватною самооцінкою впевнені у собі, проявляють високий рівень активності, легко встановлюють дружні відносини, швидко адаптуються до

нового середовища, досягають більших успіхів порівняно з дітьми із неадекватною самооцінкою.

2. Відповідно до другого завдання розкрито психологічні особливості розвитку самооцінки дошкільників у роботі психолога і вихователя закладу дошкільної освіти.

Самооцінка дитини дошкільного віку може бути неадекватна, завищена або занижена за рахунок того, що вони щодня чують із уст педагога чи батьків. Також на розвиток самооцінки дошкільника впливають однолітки. Дошкільник у своїх товаришах бачить партнера, між ними виникає обмін оцінками, а на їх основі розвивається здатність бачити себе з позиції іншого.

Типовою ситуацією є переважання завищеної самооцінки у дошкільників, що насамперед пояснюється тим, що ціннісне ставлення дитини до себе ще невід'ємне від ставлення до неї оточуючих. Батьки часто впливають на формування самооцінки дитини, перебільшуючи її здібності. Переживаючи свою значимість для інших, дитина починає прагнути відтворення цього позитивного переживання, хоче отримати позитивну оцінку дорослого, схвалення та заохочення. Однак стикаючись із відмінною оцінкою дорослого (іншого батька чи вихователя), однолітка, дитина може розгубитися, різко заперечувати невідповідність чи й стати пасивною, зневіритися у власних силах і можливостях.

Ефективними засобами психологічної роботи з формування адекватної самооцінки дошкільників є позитивне ставлення дорослих (батьків та вихователів), їх схвалення якостей дітей. При цьому вихователь ЗДО та психолог, помічаючи найменші успіхи дитини, не повинен перехвалювати її, щоб не створити завищене уявлення дошкільника про себе. Слід показувати дитині реальні результати її діяльності, пропонувати порівняти очікувані та досягнуті успіхи, звертати її увагу не на помилки, а як можна покращити власну роботу, щоб досягти бажаного.

Напрями діяльності, що сприяють формуванню самооцінки дітей включають: формування в дошкільників ціннісного самоставлення;

формування та розвиток їх самосвідомості; застосування ефективних форм і методів психологічної роботи з дошкільниками, насамперед, ігрового методу, роботи з художніми творами, театралізації тощо.

Також слід залучати дітей до спільної творчої діяльності, спеціальних психологічних занять, де за допомогою рольових ігор, психологічних вправ, психоемоційних етюдів можна створити сприятливі умови для розвитку високої адекватної самооцінки малят.

3. Відповідно до третього завдання проведено емпіричне дослідження психологічних особливостей розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку, проаналізовано отримані результати. Проведено опитування дітей старших груп «Морська» і «Космічна», а також їх батьків, використано методики: «Сходинки» (В. Щур); «Методика визначення самооцінки дошкільника» (Т. Дембо-С. Рубінштейн, в модифікації В. Щур); «Вивчення самооцінки та оцінки особистісних якостей дітей групи» (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна); «Дослідження самооцінки дітей шляхом спостереження в різних видах діяльності» (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна); тест для батьків дошкільників «Яка моя дитина?» (Л. Тарабасова).

За результатами дослідження встановлено, що більшість дітей мають адекватну і завищену самооцінку (33,3% і 40%). Ще в них переважають нормальний та завищений рівні відображеної самооцінки (очікуваної оцінки батьків) – у 36,7% і 33,3%. Однак близько третини з них мають занижені прояви самооцінки. Також встановлено, що 40-43,3% дошкільників мають адекватний рівень самооцінки розумових здібностей, рис характеру, красивої зовнішності, доброти, емоційного благополуччя.

За показниками оцінки дітьми зовнішніх характеристик, моральних і вольових якостей, вмінь і навичок у практичній діяльності, доброзичливості у ставленні до однолітків 43,3% дітей мають адекватну самооцінку, у третини встановлено завищену самооцінку, а в 23,3% – занижену.

Щодо оцінки вмінь у продуктивних видах діяльності, в малюванні, праці, виконанні рухливих вправ дошкільники переважно мають середній,

адекватний рівень самооцінки і домагань, у третини дітей встановлено завищені показники. При цьому 23,3% дітей мають занижену самооцінку, а 30% дітей відрізняються заниженим рівнем домагань.

На основі якісного аналізу впливу батьківського ставлення на розвиток самооцінки дітей встановили, що у дошкільників, батьки яких мають позитивно-завищене ставлення до них, переважають завищена самооцінка – як загальна, так і часткова, що стосується їх розумових здібностей, краси, добра, моральних і вольових якостей, вмінь і навичок практичної діяльності. Діти, які мають адекватне ставлення батьків, переважно мають адекватну, нормальну самооцінку, вказують на гарне розуміння своїх сил і здібностей, обирають відповідні завдання для виконання, які їм під силу. А для дітей, у ставленні чиїх батьків спостерігається не стійкість, сумніви щодо гарних і поганих рис дошкільників, однозначно виявляють занижені показники як самооцінки, так і рівня домагань.

На основі проаналізованих результатів дослідження встановлено, що більшість дітей дошкільного віку володіють адекватною і завищеною самооцінкою. При цьому, зважаючи на наявність третини дошкільників із заниженим рівнем самооцінки, встановлено потребу проведення з ними психологічної роботи з розвитку адекватної самооцінки.

4. У межах реалізації четвертого завдання розроблено та впроваджено програму психологічних занять з розвитку самооцінки дошкільників.

Розроблена програма психологічних занять з розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку має на меті: розвиток адекватної самооцінки дітей; формування їх позитивного самоставлення та доброзичливого ставлення до однолітків; створення сприятливої атмосфери доброзичливої взаємодії з іншими дітьми. Структурно програма включає 8 занять по 20-25 хв. кожне. Програму занять проведено з дітьми ЕГ «Морська», використовуючи методи і прийоми ігротерапії (сюжетно-рольові ігри, ігри-етюди), арт-терапії (вільне малювання), психорелаксації, психологічних етюдів, інсценізацій та ін. Діти активно залучалися до ігрової і

розвивальної діяльності. З батьками цих дошкільників провели індивідуальні та групові консультації, надали їм рекомендації з розвитку адекватної самооцінки дітей і поради для підвищення впевненості малят в собі, розвитку їх позитивного самоставлення.

Під час перевірки ефективності проведеної роботи в КГ «Космічна» виявлено незначні зміни, а в ЕГ «Морська» підтверджено збільшення кількості дітей із високою адекватною самооцінкою. Насамперед, на третину стало більше дітей із адекватною самооцінкою за методикою В. Щур (на 33,3%). Також на третину збільшилась кількість дітей з оптимальними характеристиками самооцінки розумових здібностей і рис характеру, доброти та емоційного благополуччя. Загалом за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн в ЕГ на 23,4% стало більше дітей із адекватною самооцінкою.

Майже на третину стало більше дітей ЕГ з адекватною самооцінкою зовнішніх характеристик, моральних якостей і доброзичливості у ставленні до однолітків. Ще в ЕГ підвищилась кількість дітей адекватною самооцінкою вольових якостей (на 20%), вмінь і навичок у діяльності (на 16,6%). На третину стало більше дітей з адекватними проявами самооцінки у сфері трудової діяльності, рухових вправ. У відповідях батьків цих дітей з ЕГ «Морська» на 26,7% стало більше опитуваних з адекватним ставленням до своїх дітей. Всі отримані результати контрольного етапу експерименту підтверджують високу ефективність розробленої та апробованої програми психологічних занять з розвитку адекватної самооцінки дошкільників. На основі встановлених результатів дослідження доведено гіпотезу, яка полягала в припущенні ефективності впливу спеціально розробленої психологічної програми занять на розвиток самооцінки дошкільників.

Рекомендуємо розроблену та апробовану програму психологічних занять з розвитку адекватної самооцінки дошкільників до впровадження у практичну діяльність психолога ЗДО з вихованцями старших груп.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Атаманчук Н. М., Пасісніченко А. В. Аналіз наукових підходів до вивчення розвитку самооцінки дошкільника як основного компоненту в структурі самосвідомості. *Психологія: реальність і перспективи: Збірник наукових праць РДГУ.* 2013. Вип. 2. С. 33–36.

2. Бабаян Ю. О., Тимченко Н. А. Особливості формування самооцінки молодшого школяра. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки.* 2014. Вип. 2.12. С. 26–30.

3. Базовий компонент дошкільної освіти / Т. Піроженко та ін. Київ, 2021. 26 с.

4. Байєр О. М., Піроженко Т. О. Вплив самооцінки на розвиток саморегуляції старших дошкільників. URL: http://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal/pages/vyp8/Bajer.pdf.

5. Берегова Н. П., Кушнір І. М., Степанюк О. К. Експериментальне дослідження самооцінки дітей старшого дошкільного віку. *Теорія і практика сучасної психології : зб. наук. пр.* Запоріжжя, 2020. Вип. 2. С. 32–43.

6. Берегова Н. П., Степанюк О. К., Кушнір І. М. Психологічні особливості самооцінки дітей старшого дошкільного віку. *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців*. Харків: ХНУ, 2020. С. 30–34.

7. Берегова Н., Федорчук П. Вплив сімейного виховання на формування особистості дитини. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки.* 2020. Вип. 6. С. 10–15.

8. Блага Г. В. Виховання морально-етичних цінностей у дітей дошкільного віку. Метод. пос. Ужгород, 2015. 88 с.

9. Богуш А. М., Луцан Н. І. Мовленнєво-ігрова діяльність дошкільників: мовленнєві ігри, ситуації, вправи : навчальний посібник. 3-тє вид., доп. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2014. 304 с.

10. Богуш А. М., Сучок В. Є. Хрестоматія з духовно-морального виховання дітей дошкільного віку. Острог: Нац. ун-т «острозька Академія», 2009. 234 с.

11. Варгата О. В., Міхеєва Л. В. Психологічні особливості формування самооцінки молодших школярів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах.* 2019. № 64, Т. 1. С. 70–74.

12. Василенко І. А. Самооцінка дітей молодшого шкільного віку в аспекті внутрішньосімейних стосунків. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія.* 2020. Том 31 (70) № 3. С. 105–110.

13. Васильченко О. А. Ігрова терапія як метод соціальної роботи з дітьми шкільного віку. *Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право.* 2013. Вип. 3 (19). С. 90–94.

14. Годонюк В. С. Емпіричне дослідження стратегій самоствердження та їх взаємозв'язок із самооцінкою дитини дошкільного віку. *Психологія особистості*. 2017. № 1. С. 156–163.

15. Годонюк В. С. Обґрунтування програми психолого-педагогічного супроводу формування конструктивного самоствердження у дитини дошкільного віку. *Молодий вчений*. 2017. № 9 (49). С. 94–98.

16. Гончаровська Г. Ф. Соціально-психологічні чинники становлення самооцінки дитини дошкільного віку. *Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць К–ПНУ ім. І. Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*. 2010. Вип. 8. С. 200–208.

17. Горбатих В. В. Вплив батьківського авторитету на становлення емоційно-ціннісного ставлення дитини. *Особистість та її історія : зб. матеріалів VII Міжнар. наук.-практ. конф., (16–17 листоп. 2017 р., Ніжин) / за заг. ред. М. В. Папучі.* Ніжин : НДУ імені Гоголя, 2017. С. 48–49.

18. Горбатих В. В. Індивідуальні особливості самоставлення старшого дошкільника в структурі життєвих орієнтацій: автореф. дис. …

канд. психол. наук: 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Київ, 2019. 24 с.

19. Горбатих В. В. Психолого-педагогічні умови гармонізації становлення самоставлення старших дошкільників. *Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. пр. Східноукраїнського нац. ун-ту імені Володимира Даля*. Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2019. № 2 (49). С. 90–104.

20. Горбатих В. В. Сім'я як чинник становлення самоставлення дитини шкільного віку. *Актуальні проблеми психології. Психологічна теорія і технологія навчання / За ред. С. Д. Максименка, М. Л. Смульсон*. Київ, 2010. Т. 8. Вип. 7 С. С. 44–52.

21. Горецька О. В. Вплив батьківського ставлення на психологічне здоров'я дошкільника. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПНУ «Проблеми загальної та педагогічної психології».* Київ, 2010. Т. XIII, Ч. 3. С. 93–101.

22. Гриценко І. В. Шляхи формування адекватної самооцінки молодших школярів. *Педагогічні науки: зб. наук. праць.* Херсон: Вид-во ХДУ, 2009. Вип. 51. С. 143–148.

23. Діти і соціум : особливості соціалізації дітей дошкільного та молодшого шкільного віку : монографія / А. М. Богуш, Л. О. Варяниця, Н. В. Гавриш, І. П. Печенко; за заг. ред. Н. В. Гавриш. Луганськ: Альма-матер, 2006. 368 с.

24. Доценко Л. В., Безугла В. Ю., Козлова А. О. Особливості розвитку самооцінки у дітей молодшого шкільного віку засобами малюнкової терапії. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах : зб. наук. пр.* Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2020. № 2. С. 110–114.

25. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія : Навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2011. 424 с.

26. Дядюкіна Є. В. Самооцінка як міждисциплінарне поняття. *Науковий вісник Донбасу.* 2011. № 1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvd_2011_1_21.

27. Дятленко Н.М. Що таке самоповага і як вона складається у дітей? URL: http://5fan.info/merpolatyujgyfsyfs.html.

28. Дячук П., Перфільєва Л., Яценко А. Сутність самооцінки, її структура і функції в особистісному розвитку. URL: https://dspace.udpu.edu.ua/jspui/bitstream/6789/452/1/sytnist_samoocinku.pdf.

29. Жук Н. В. Психологічний аналіз самооцінки дітей з мовленнєвими порушеннями. *Актуальні проблеми корекційної педагогіки, психології та реабілітації.* Суми, 2019. С. 219–220.

30. Карвацька Х. М. Проблема розвитку адекватної самооцінки дітей старшого дошкільного віку у психолого-педагогічних дослідженнях. *Молодь і ринок.* 2018. №10 (165). С. 152–155.

31. Ковалишин І. В., Мушкевич М. І. Самооцінка дітей дошкільного віку із затримкою психічного розвитку. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/3621/1/tezy.pdf.

32. Компас у світі ціннісних орієнтацій дошкільника : навч. посіб. для дитини ст. дошк. віку / Т. О. Піроженко [та ін.]. Київ : Слово, 2016. 55 с.

33. Конєвич В. Формування позитивної самооцінки у діток з ООП. URL: https://www.ircentr.space/formuvannya-pozytyvnoyi-samootsinky-u-ditok-z-oop/zagalna/.

34. Кононко О. Л. Особистісна орієнтація – пріоритет сьогодення. *Дошкільне виховання.* 2007. № 5. С. 3–6.

35. Кононко О. Л. Плекаємо в малечі почуття самовартісності : Навч.-методичний пос. Київ: Наш час; Харків: Ранок , 2010. 207 с.

36. Кононко О. Л. Самосвідомість у житті дошкільника. *Оновлення змісту, форм і методів навчання і виховання в закладах освіти.* Рівне, 2004. С. 6–10.

37. Кулачківська С. Є., Ладивір С. О., Піроженко Т. О. Психічний розвиток дитини-дошкільника. Навч. посібник. Київ: Світич, 2004. 55 с.

38. Лемещук М. А. Рефлексивно-оцінний аспект соціалізації старших дошкільників із загальним недорозвиненням мовлення. URL: http://176.98.75.236/bitstream/6789/6567/1/rus1.pdf.

39. Манжос В. О. Психологічні особливості формування самооцінки у дітей дошкільного віку. *Матеріали II науково-практичної конференції (м. Хмельницький, 28-29 серпня 2020 р.).* Хмельницький, 2020. С. 74–77.

40. Мельник Ж. В. Методичні рекомендації вихователям, батькам, психологу з питань розвитку самосвідомості старших дошкільників у процесі пізнання світу дорослих. *Молодий вчений.* 2015. №2 (17). С. 423–426.

41. Мельник Ж. В. Психологічні особливості становлення самосвідомості старшого дошкільника в процесі «відкриття» світу дорослих: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Київ., 2014. 22 с.

42. Метелюк В. І. Самосвідомість і самооцінка дитини: проблеми наступності. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/2658/1/V_Metelyuk_PPTTITCAYS_DP_PI.pdf.

43. Мирошниченко Т. О. Роль батьків та сім'ї у формуванні адекватної самооцінки. *Соціально-психологічний та філософський підхід до проблем сучасного суспільства : матеріали наук. конф., 8 лют.-1 берез. 2016 р., м. Сєвєродонецьк.* Сєвєродонецьк : вид–во СНУ ім. В. Даля, 2016. С. 158–161.

44. Мішечкіна М. Є. Виховання впевненості в собі у дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку : автореф. дис. канд. пед. наук : 13.00.07 – теорія і методика виховання. Київ, 2009. 21 с.

45. Мусіяка Н. І. До проблеми оцінкових ставлень у вітчизняній психологічній думці. *Актуальні проблеми психології : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. Київ: Вид–во «Фенікс», 2013. Т. XII. Психологія творчості. Вип. 17. С. 233–241.

46. Нижник Г. М. Корекційно-розвивальна програма «Психолого-педагогічні аспекти розвивально-корекційної роботи з обдарованими дітьми старшого дошкільного віку». Івано-Франківськ, 2011. 60 с.

47. Олійник О. О. Адекватна самооцінка особистості: віковий дискурс. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць К–ПНУ ім. І. Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2013. Вип. 20. С. 475–484.

48. Олійник О. О. Корекція батьківсько-дитячих взаємин як умови формування адекватної самооцінки старших дошкільників. *Габітус. Психологія особистості.* 2020. Вип. 16. С. 169–173.

49. Олійник О. О. Психологічні умови формування самооцінки у старших дошкільників: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.07. Педагогічна та вікова психологія. Харків: Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, 2010. 20 с.

50. Павловська А., Канарова О. Особливості розвитку особистості дитини в дошкільному віці. URL: http://www.rusnauka.com/16_EISN_2015/Psihologia/7_193967.doc.htm.

51. Пирлик М. А. Структурно-динамічна модель самооцінки. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2013. Вип. 5. URL: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Vnadps_2013_5_44.pdf.

52. Піроженко Т. О. Особистість дошкільника : перспективи розвитку. Тернопіль : Мандрівець, 2010. 136 с.

53. Піроженко Т. О. Особистість дошкільника: перспективи розвитку: навчально-методичний посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2010. 136 с.

54. Піроженко Т. Особистісний потенціал дитини дошкільного віку. URL: http://ird.npu.edu.ua/files/24.pdf.

55. Піроженко Т., Хартман О. Психологічні чинники становлення відповідальності батьків за розвиток дитини дошкільного віку. *Дошкільна освіта.* 2010. № 2 (28). С. 68–72.

56. Поніманська Т. І. Гуманність : ціннісний аспект. *Дошкільне виховання*. 2002. № 4. С. 3–5.

57. Рейпольська О. Д. Особливості уявлень дошкільників про самих себе та виховання ціннісного самоставлення. *Науковий вісний Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота».* 2014. Вип. 31. С. 142–145.

58. Самойлова А. О., Музичко Л. Т. Особливості формування самооцінки у дітей молодшого шкільного віку з порушеннями мовлення. *«Молодий вчений».* 2022. № 6 (106). С. 18-22.

59. Світлична С. П. Поняття ціннісного ставлення до себе у сучасних психолого-педагогічних дослідженнях. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: зб. наукових праць*. Кам'янець-Подільський, 2007. Вип. 10. Т. 1. С. 17–26.

60. Сіренко А. Є. Педагогічні умови формування впевненості в собі в дітей старшого дошкільного віку в груповій взаємодії. *Збірник наукових праць [Херсонського державного університету]. Педагогічні науки.* 2014. Вип. 65. С. 426–430.

61. Сіренко А. Є. Формуємо впевнену особистість дошкільника: Програма для дітей старшого дошкільного віку щодо формування впевненості у собі. Черкаси: ЧОІПОПП, 2014. 48 с.

62. Струк В. О. Формування адекватного рівня самооцінки дітей старшого дошкільного віку. *«Гуманітарні та природничі науки: актуальні питання» (м. Дніпро, 23-24 жовтня 2020 р.).* Дніпро, 2020. С. 126–130.

63. Танащук А. Формування самооцінки дошкільника як соціокультурний процес. URL: http://www.ird.npu.edu.ua/files/tanachyk.pdf.

64. Тарабасова Л. Г. Виховуємо соціально компетентного дошкільника. Дніпропетровськ, 2016. 30 с.

65. Таран О. К., Волянюк, Н. Ю. Психологічні особливості прояву самооцінки у дітей старшого дошкільного віку. URL: https://umo.edu.ua/images/content/nashi_vydanya/stud_almanah/58.pdf.

66. Федорук Л. В. «Крок до спілкування»: Корекційно-розвивальна програма з розвитку комунікативних вмінь та формування навичок позитивного спілкування для дітей 5-6 років. Чернівці, 2014. 60 с.

67. Харченко Т. Г., Підлужна Т. О. Дослідження особливостей самооцінки дітей старшого дошкільного віку із загальним недорозвиненням мовлення III рівня. *Сучасні проблеми логопедії та реабілітації (15 лютого 2019 року, м. Суми).* Суми, 2019. С. 187–191.

68. Чайкіна С. В. Особистісні особливості дітей з різним рівнем самооцінки. URL: http://appsychology.org.ua/data/jrn/v1/i38/48.pdf.

69. Чайкіна С. В. Особливості формування самооцінки молодших школярів. *Теоретичні і прикладні проблеми психології.* 2013. № 2. С. 223–230.

70. Черепаня Н. І. Самосвідомість та психолого–педагогічні умови її розвитку в дошкільному дитинстві. *Збірник наукових праць Херсонського державного університету. Серія «Педагогічні науки».* 2014. Вип. 65. С. 435–439.

71. Штифурак В. С., Гринькова Л. М., Гринькова О. Ю. Психологічні умови формування адекватної самооцінки у молодших школярів. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми.* 2018. Вип. 52. С. 125–128.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Лесенка» (по В.Г. Щур)

Цель: изучение особенностей самооценки дошкольников.
Стимульный материал: рисунок лестницы, состоящий из 7 ступенек.
Посередине нужно расположить фигурку ребенка. Для удобства может быть вырезана из бумаги фигурка мальчика или девочки, которую можно ставить на лесенку в зависимости от пола тестируемого ребенка.
Диапазон применения: дети, начиная с трех лет.
Инструкция: «Посмотри на эту лесенку. Видишь, тут стоит мальчик (девочка). На ступеньку выше (показывают) ставят хороших детей, чем выше – тем лучше дети, а на самой верхней ступеньке – самые хорошие ребята. На ступеньку ниже ставят не очень хороших детей (показывают), еще ниже – еще хуже, а на самой нижней ступеньке – самые плохие дети. На какую ступеньку ты сам себя поставишь? А на какую ступеньку тебя поставят мама? Папа?
Проведение методики. Ребенку дают листок с нарисованной на нем лестницей и объясняют значение ступенек. Важно проследить, правильно ли понял ребенок выше объяснение. В случае необходимости следует повторить его. После этого задают вопросы, ответы записывают.



Обработка результатов:
1-3 ступенька - низкий уровень самооценки (заниженная);
4-7 ступенька - средний уровень самооценки (правильный);
8-10 ступенька - высокий уровень самооценки (завышенная).
Анализ результатов. Прежде всего, обращают внимание, на какую ступеньку ребенок сам себя поставил. Считается нормой, если дети этого возраста ставят себя на ступеньку «очень хорошие дети» и даже «самые хорошие дети». В любом случае это должны быть верхние ступеньки, так как положение на любой из них ступенек (а уже тем более на самой нижней) говорит не об адекватной оценке, но об отрицательном отношении к себе, неуверенности в собственных силах. Это очень серьезное нарушение структуры личности, которое может привести к депрессиям, неврозам, ассоциальности у детей.
Как правило, это связано с холодным отношением к детям, отвержением или суровым, авторитетным воспитанием, при котором обесценивается сам ребенок, который приходит к выводу, что его любят только тогда, когда он хорошо себя ведет. А так как дети не могут быть хорошими постоянно и уж тем более не могут соответствовать всем притязаниям взрослых, выполнять все их требования, то естественно, дети в условиях начинают сомневаться в себе, в своих силах и в любви к ним родителей. Также не уверены в себе и в

родительской любви дети, которыми вообще не занимаются дома. Таким образом, как мы видим, крайне пренебрежение ребенком, как крайний авторитаризм, постоянная опека и контроль, приводят к сходным результатам.

Конкретно об отношении родителей к ребенку и их требованиям говорят ответы на вопрос о том, куда их поставят взрослые – папа, мама, воспитательница.

Для нормального, комфортного самоощущения, которое связано с появлением чувства защищенности, важно, чтобы кто-то из взрослых поставил ребенка на самую высокую ступеньку. В идеале, сам ребенок может поставить себя на вторую ступеньку сверху, а мама (или кто-то другой из родных) ставит его на самую высокую ступеньку. При этом дети говорят: «Ну, я не самый хороший, балуюсь иногда. Но мама меня поставит сюда, она ведь меня любит». Ответы такого типа как раз свидетельствуют о том, что ребенок уверен в любви взрослого, чувствует себя защищенным, что необходимо для нормального развития в этом возрасте.

Додаток Б

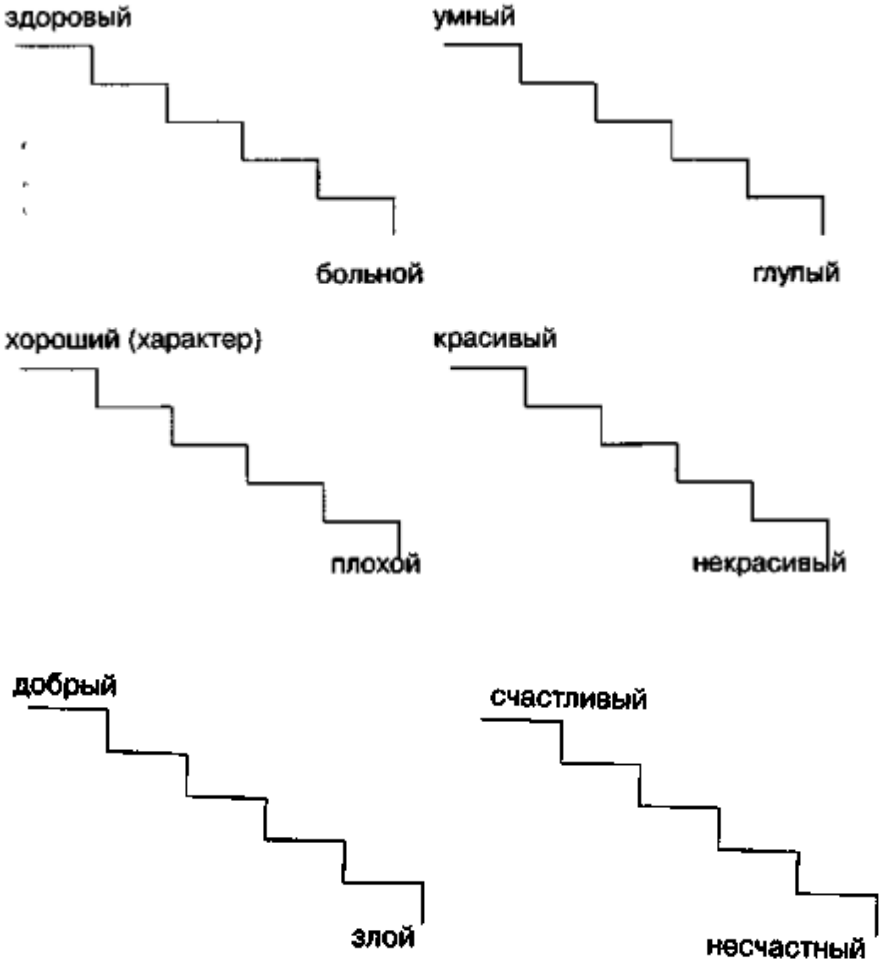
Методика определения самооценки дошкольника (Т. Дембо-С.Рубинштейн, в модификации В.Г. Щур)

Ребенку предлагаются шесть вертикальных отрезков одинаковой длины.

Можно использовать вместо отрезков лесенку из пяти ступенек (методика В.Г. Щур), где верхняя ступенька — позитивная оценка, а нижняя — негативная. Просят отметить крестиком на каждом отрезке свое место «среди всех людей» по уровням соответственно «здоровья», «ума», «характера», «счастья», «красоты», «доброты». Считается, что отмеченные значения характеризуют общую удовлетворенность — «счастье» и частные самооценки — «здоровье», «ум», «характер», «красота», «доброта».

Для дошкольника благоприятны завышенные самооценки с различных позиций по всем уровням (самый умный, самый красивый...). Низкие самооценки характеризуют наличие внутриличностных и межличностных конфликтов у ребенка.

После выполнения этого задания ребенок отмечает условным обозначением (кружочком, звездочкой, крестиком другого цвета и т.п.) свое место по уровням с позиции мамы, папы, воспитателей, детей. Если другие значимые люди (по мнению ребенка) оценивают его так же, как он оценил себя или дают более высокую оценку, — ребенок защищен психологически, эмоционально благополучен.



Можно добавлять или изменять названия уровней (например: большой — маленький...). Методика используется для сопоставления ее результатов с оценкой данного ребенка со стороны семьи и воспитателей детского сада.

Додаток В

Методика «Изучение самооценки и оценки личностных качеств детей группы» (Г.А. Урунтаева, Ю.А. Афонькина)

Подготовка исследования. Приготовить по одной фотографии каждого ребенка группы, 3 игрушечных домика.

Проведение исследования. Эксперимент проводится индивидуально с детьми старшего дошкольного возраста и состоит из 3-4 серий, в каждой из которых ребенок оценивает новое качество сверстников и себя.

Первая серия. Оцениваются **внешние качества**, непосредственно воспринимающиеся детьми; внешняя привлекательность, жизнерадостность, физическая сила.

Вторая серия. Оцениваются **нравственные качества**: умение дружно играть, не драться, не ябедничать, доброта, отзывчивость.

Третья серия. Оцениваются **волевые качества**: умение довести дело до конца, прийти на помощь товарищу.

Четвертая серия. Оцениваются качества, обеспечивающие ребёнку успех в той или иной деятельности: навыки и умения, от которых зависит успешность учебной, игровой деятельности, изобразительной, музыкальной, конструктивной и т.д.

Перед испытанием раскладывают на столе фотографии всех детей группы, в том числе и его собственную и ставят 3 игрушечных домика. Ребёнку предлагают отобрать в одну стопку, например, фотографии **самых добрых ребят** (говорят: они делятся гостинцами с другими, дают поиграть своими игрушками, не обижают друзей, уступают место в игре), а в другую стопку - **фотографии детей "не очень добрых"** (говорят: они не делятся гостинцами с другими, не дают поиграть своими игрушками, обижают друзей, не уступают место в игре). Фотографии детей, которые только "иногда бывают добрыми", складываются в третью стопку. Свою собственную фотографию ребёнок сам должен положить в одну из стопок, в зависимости от самооценки, данной по тому или иному качеству. Каждый ребёнок раскладывает фотографии 3 раза.

Каждая стопка фотографий помещается в соответствующем игрушечном домике. После того, как экспериментатор зафиксирует результаты, все фотографии снова раскладываются на столе.

Обработка данных. Результаты оценки каждым ребёнком всех детей группы и самого себя по выделенным качествам заносят в таблицу.

Таблица 1

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА НРАВСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ У СЕБЯ И СВЕРСТНИКОВ"

Фамилия, имя ребенка	Оценка сверстников				Самооценка			
	внешняя привлекательность	нравственные качества	волевые качества	навыки и умения в любой д-ти	внешняя привлекательность	нравственные качества	волевые качества	навыки и умения в любой д-ти

Примечание: детям, имеющим, по мнению испытуемого, ярко выраженные те или иные положительные качества, ставится оценка +1. А детям, которых он наделял отрицательными качествами – 1. То же самое относится и к ним самим.

Определяется адекватная, завышенная и заниженная самооценка:

- 1 – заниженная самооценка (не очень добрый, не очень отзывчивый, не умелый и проч.);

1 – адекватна самооценка (в большинстве случаев ответы «хорошо» и «иногда добрый», «почти всегда умеет доводить дело до конца» и проч.)

+ 1 – завышенная самооценка («всегда наилучший»).

Сумма положительных и отрицательных оценок, которые дает ребёнок остальным членам группы, является личностной характеристикой его самого: в ней выражается **степень его доброжелательности в отношении к сверстникам**. Вычисляют коэффициент доброжелательности по сумме положительных баллов, приходящихся на одного ребенка.

Сопоставляя количество положительных и отрицательных оценок отдельных детей, получают общую картину оценочных отношений в группе:

а) выявляют детей с благоприятным и неблагоприятным положением, детей "контрастных", имеющих много и положительных, и отрицательных оценок;

б) выясняют существование половой дифференциации во взаимооценках детей, пристрастности в оценках в зависимости от избирательности симпатий;

в) устанавливают уровень самоооценки.

Додаток Г

Дослідження самооцінки дітей шляхом спостереження в різних видах діяльності (Г. Урунтаєва, Ю. Афонькіна)

Дослідження-спостереження включає 3 серії, де проводиться на вибір або все (послідовно) з інтервалом в 2-3 дня індивідуально з дітьми старшого дошкільного віку:

Перша серія – малювання з 2 серій:

1 ситуація – дитині пропонують намалювати картинку і пояснюють, що якщо малюнок вийде гарний, його візьмуть на виставку. По закінченні роботи дитини запитують: «Як ти вважаєш, твій малюнок вийшов красивим? Його можна взяти на виставку? Чому ти так думаєш?».

2 ситуація дитині кажуть: «Тут лежать картки з візерунками. Тобі потрібно намалювати якісь з них. Які саме – вибери сам». Дитині пояснюють, що картинки різняться за рівнем складності, і якщо вона малює не дуже добре, то хай вибере візерунки середнього або легкого ступеня складності.

Друга серія – трудова діяльність:

1 ситуація – дитині показують сюжетні картинки і пояснюють: «Діти трудяться. Розставити стільці найпростіше. Протирати столи – складніше, тому потрібно вміти намочити і викрутити ганчірку. Але найскладніше – прати рушник: необхідно випрати так, щоб він став чистим. З яким дорученням ти зміг (змогла) б впоратися? Чому ти так вважаєш?»

2 -я ситуація - дитині кажуть, що потрібно навести порядок в груповій кімнаті, потім повторюють те ж, що і в першій ситуації. Пропонуючи вибрати доручення, з якими вона впорається, запитують, чому дитина вибрала саме це доручення. Потім дитина трудиться самостійно. Після закінчення роботи їй пропонують оцінити результат і мотивувати свою оцінку.

Третя серія – рухові вправи. Складають 3 доріжки з високих, середніх і низьких кубів. Дитині необхідно пробігти однією доріжкою і перестрибнути через кубики, якою доріжкою бігти – нехай вибере сама – легкою, більш складною або складною. «Якщо ти стрибаєш погано, вибери легку доріжку; якщо ти стрибаєш добре – вибери найскладнішу». Упевнившись, що дитина зрозуміла інструкцію, їй пропонують виконати завдання. Потім вона повинна оцінити свою якість виконання і мотивувати власну оцінку.

У процесі обробки результатів визначають самооцінку в різних видах діяльності: нестійка, стійка, занижена, завищена, адекватна. Аналізують, як самооцінка залежить від віку дітей. Беруть до уваги, чи відповідає передбачувана самооцінка вміння, звичок (вона дається перед виконанням роботи) самооцінка після отримання результату.

Додаток Д

Тест для батьків«Яка моя дитина?» (Л. Тарабасова)

Потрібно написати 10 епітетів, які відображають особливості вашої дитини.

Потім оцінити кожну якість знаком «плюс» чи «мінус» на ваш розсуд.

Якщо після підрахунку «плюсів» не менше 8, у вашому ставленні до дитини все нормально. Ви любите її, намагаєтеся приймати такою, якою вона є.

Якщо немає жодного «мінуса», це вказує на «сліпу любов», яка не допоможе дитини звільнитися від її вад. Спочатку потрібно їх визнати.

Якщо результат 50 на 50, ваше прийняття дитини також можна поставити під сумнів. Вважати свою дитину наполовину поганою можуть або критично налаштовані батьки, або ті, які недостатньо її люблять.

Якщо ж ви бачите тільки певні сторони вашої дитини, то ні про яку любов не може бути мови. Ви визначаєте вади для того, щоб з ними боротися, не підозрюючи, що в цій боротьбі можна втратити головне – любов і відкритість дитини.

Додаток Е

Програма психологічних занять з розвитку самооцінки у дітей старшого дошкільного віку

Мета програми: розвиток адекватної самооцінки у дітей дошкільного віку; формування позитивного самоставлення та доброзичливого ставлення до однолітків; створення сприятливої атмосфери доброзичливої взаємодії з іншими дітьми.

Завдання програми:

- формування адекватного уявлення про себе, створення умов для оптимального розвитку самооцінки;
- створення позитивного самоставлення, підвищення самооцінки;
- сприяння розвитку і закріпленню навичок самоконтролю поведінки;
- створення у дітей позитивного емоційного настрою;
- виховання доброзичливості, поваги до інших, прагнення товаришувати з однолітками;
- формування навичок взаємодії, удосконалення комунікативних вмінь;
- створення сприятливої атмосфери для міжособистісних взаємовідносин дітей у групі.

Структура: 8 занять, кожне з яких включає:

1) вступну частину (привітання та психологічна розминка);

2) основну частину (спеціальні вправи, ігри, етюди для розвитку адекватної самооцінки дошкільників);

3) та заключну частину, де підводяться підсумки заняття, проводяться завершальні вправи, використовуються ритуали прощання учасників.

Тривалість занять: 20-25 хв. кожне.

Використовувані методи і прийоми: ігротерапія (сюжетно-рольові ігри, ігри-етюди), арт-терапія (малювання за вказівкою дорослого, вільне малювання, ліплення), психорелаксація, психологічні етюди, інсценізації, пантоміми тощо.

Цільова група: діти старшого дошкільного віку, які при діагностуванні самооцінки отримали завищені та занижені характеристики самооцінки та самоставлення, були не сміливими, не впевненими в собі, замкненими та пасивними в контактах з однолітками.

Очікуваний результат: підвищення самооцінки, впевненості в собі у дітей дошкільного віку, які мали занижені показники; приведення до оптимальної адекватної самооцінки та самоставлення у дітей, які мали завищену самооцінку.

Заняття № 1.

Мета: познайомитися, прийняти правила роботи в групі, створити сприятливу атмосферу в групі; надати можливість для усвідомлення своїх позитивних і негативних рис характеру; розвивати адекватну самооцінку дітей.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання. Вправа-знайомство «Як мене звати»

Діти називають своє ім'я: коротке, повне, ласкаве, саме улюблене.

Психолог: - Діти, ви знаєте, що в кожного з нас є ім'я. Цим іменем вас називають мама, тато, бабуся, дідусь, інші люди. Кожне ім'я наділяє людину й різними відмітними рисами характеру. Наприклад, ім'я... означає... Але людину можна називати не тільки іменем, а улюбленим ласкавим словом (сонечко, зайчик, рибка...). Може бути, когось з вас теж називають не вашим іменем, а таким от ласкавим словом? Якими словами? А як можна назвати себе?

Послухайте, як я буду називати Лєну: Лєна, Оленка, Оленочка... (Запитати дітей їх варіанти.) Ви знаєте, що імена дають, коли людина народжується. Коли вона маленька, її

називають дуже ласкаво й ніжно – Оленька, Олюшка (запитати дітей, як ще), а коли людина підростає, її називають по-іншому – Ольга.

А мене звати: …. Чому мене так називають? Як звати вашого тата? Дорослих людей частіше називають на ім'я й по батькові. От які цікаві імена в наших дітей.

Вправа «Правила роботи у групі»

Психолог називає, а діти повторюють і говорять, чи приймають такі правила роботи в групі:

• активна участь дітей у занятті;
• один говорить – інші слухають;
• правило піднятої руки;
• не оцінювати одне одного;
• дотримуватися принципу «тут і тепер»;
• поважати думку одне одного.

ІІ. Основна частина заняття

Бесіда «Як можна дізнатися про настрій людини?»

Психолог: - У мене сьогодні хороший настрій. А у вас? Чи завжди у вас буває гарний настрій? Розгляньте ці фотографії (пропонує фото на дошці або на слайдах) і скажіть, чим вони відрізняються?

- Чому буває сумно? Якщо тобі сумно, погано, як ти поводишся?

- А якщо у твого друга, мами поганий настрій, як ти це помітиш? Яким буває обличчя в такої людини?

- Як ви можете підняти настрій?

- Як можна запитати про причину поганого настрою?

- Як ви дізнаєтеся, що в людини гарний настрій?

- Як погода діє на настрій людини?

- Якщо в будинку гості, усі веселі, свято, а в тебе поганий настрій, чи будеш ти його показувати іншим? Як ти думаєш, їх це засмутить?

- Давайте візьмемо один одного за руки й заглянемо один одному в очі, скажемо один одному ласкаві слова. Нехай в усіх буде гарний настрій.

Можна запропонувати дітям фото, вирізки з газет, ілюстрації й попросити визначити настрій персонажів, визначити причину. Пояснити дітям, як важливо вміти визначати настрій людини, бути уважним, добрим, спостережливим. Можна запропонувати схематичне зображення облич, що зображують різний настрій. Визначити, пояснити чому.

Запропонувати дітям щодня, коли вони здороваються, обов'язково подивитися в очі іншому.

Вправа «Промінчики сонця»

Для усвідомлення своїх позитивних і негативних рис характеру.

Дітям пропонується на аркуші паперу намалювати сонечко і написати на промінчиках 5 позитивних рис (якщо діти не можуть написати, малюють символічно, а вголос промовляють свої риси).

Обговорення: Чи важко було визначити риси характеру? Що важче і чому?

Психолог: «Хваліть себе. Критика руйнує внутрішній дух, а похвала зміцнює його».

Вправа «Самокритика»

Спрямована на навчання об’єктивно оцінювати свої якості; усвідомлювання власних слабких сторін; формування адекватної самооцінки.

Кожна дитина отримує модель-малюнок сніговика, на якому записує свої «мінуси» – негативні якості і зачитує написане вголос.

Психолог: Знайте про свої недоліки. Намагайтень боротися з ними.

А зараз попрощайтеся зі старою негативною поведінкою. Зумійте побороти свої вади за допомогою гарячих, лагідних промінців вашого серця, здатних розтопити все негативне.

(Діти накривають малюнок сніговика аркушем із сонечком, на промінцях якого написані позитивні риси).

Казка «Про хвалькуватий бантик»

Психолог пропонує дітям послухати казку про хвалькуватий бантик та обговорити її.

«В одному невеликому містечку жила-була дівчинка, яку звали Світланка. Так ласкаво називали її мама і тато. Світланці було шість років, і вона, як багато дітей, ходила в дитячий садок. У дівчинки були гарне довге волосся, тому мама щодня зав'язувала Світлані великі різнобарвні банти. А бантів у дівчинки було безліч, усіх кольорів і відтінків: у горошок, у смужку, шовкові, атласні, з візерунками, з малюнками. Усі вони зберігалися в шафі на верхній поличці. Найкрасивішим був білий бант, із блискучими смужками по краях. Цей бант мама зав'язувала Світлані на свята. Він гордовито сидів на акуратно причесаній голові дівчинки й щораз, коли вона проходила повз дзеркало, любувався своїм відбиттям. Бант вважав себе найкрасивішим серед інших бантів дівчинки й не раз затівав з ними суперечки.

- Я самий чудовий, найкращий бант! – говорив він іншим бантам у той час, коли всі в будинку міцно спали.

- Ніхто з вас не зможе зі мною зрівнятися по красі й пишності! Я красивіший всіх вас, і по моїх краях ідуть блискучі смужки, яких немає в жодного з вас! Недарма мене зав'язують Світлані тільки на свята!

Банти не любили білий бант, тому на поличці в шафі він лежав окремо від них.

- Подумаєш, – говорив він, – я й сам не прагну з вами знатися!

Наближалося свято. Ранком цього дня мама дістала білий святковий бант і зав'язала його на Світланчиній голівці. Як же красиво виглядав цей пишний білосніжний бант на каштановому волоссі дівчинки! Бант увесь сяяв від щастя! Він знав, що тато поведе Світланку на свято.

На святі всім було дуже весело; і діти, і дорослі сміялися й жартували. А білий бант увесь час намагався заглянути в повітряні кулі, щоб побачити в них своє відбиття й помилуватися їм.

Але ось яскраве, весняне сонечко закрило хмарою, і пішов дощ. Світланчин тато не взяв із собою парасольку, тому додому вони повернулися наскрізь промоклі. Білий бант промок більше всіх, адже він знаходився на голівці Світланки! Він уже виглядав не таким білосніжним і пишним, як колись, блискучі смужки на його краях у декількох місцях порвалися. Він промок до останньої нитки й щільно прилипав до Світланчиної голови.

Світланчина мама зняла бант із голови дочки, випрала його в мильній воді й вигладила праскою. І все-таки бант змінився.

Банти були дуже здивовані, побачивши, як змінився білий бант. А бант розповів їм сумну історію й попросив у них вибачення за те, що поводився пихато, хвастався своєю красою. Банти вибачили його й прийняли у свою компанію.

Тепер мама зав'язує Світланці цей бант, коли веде дочку в дитячий садок. І бант дуже цьому радий – адже тепер він прикрашає голову дівчинки майже щодня!

Питання для обговорення: Чи дійсно білий бант був найкрасивіший чи тільки йому так здавалось? Що сталось із бантом на святі, чому він змінився? За що вибачався хвалькуватий бант перед іншими бантами? Як ви зрозуміли мораль казки? Чи всі банти були гарними, кожен по-своєму?

Бесіда по казці про хвастощі і їх подолання.

Психолог пропонує дітям придумати розповідь на тему «Який я є, коли я хвастаюся, і який, коли не хвастаюся», і показати це мімікою, позою, рухами. Обговорення.

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Заняття № 2.

Мета: підвищувати впевненість в собі, формувати позитивне самоставлення та адекватну самооцінку; розвивати комунікативні навички дітей; створювати сприятливу атмосферу, сприяти згуртуванню групи; закріплювати позитивний настрій дітей.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання. Вправа «Веселе привітання»

Мета: створення сприятливої атмосфери, згуртування групи.

Психолог: - Діти давайте ми сьогодні привітаємося один з одним за допомогою ось такого віршика. Спочатку я говорю слова і показує рухи, а потім ви повторюєте за мною.

Сонечко сяє,
Сопілочка грає,
Річка тече,
Кораблик пливе,
Правим веслом загрібаю,
Лівим веслом загрібаю,
А тепер двома руками
Привіталися із вами.
(Вправа повторюється 2-3 рази).

Психологічна розминка. Вправа «Ти – молодець»

Усі діти стоять у колі. Один дошкільник виходить у центр, називає своє ім'я і те, що він любить чи вміє робити.

У відповідь усі промовляють: «Ти – молодець!» і піднімають вгору великий палець.

ІІ. Основна частина заняття

Пластичний етюд «Сонечко»

Психолог: - Щодня сходить сонце, щоб обігріти всю землю. Усі радіють сонечку! Але поки ще воно спить. Ніч підходить до кінця. Сторож-Місяць пішов відпочивати й по дорозі постукав до сонечка, щоб воно прокидалося. А сонечко солодко спить. (Діти виконують рухи сонечка за показом психолога).

Почуло воно, що у двері постукали. Відкрило свої очі, а на вулиці темно. Не хочеться вставати.

Сонечко позіхнуло й знову міцно закрило свої вічка. Але час не чекає. Треба будити Землю. Сонечко потягнулося й піднялося з ліжка.

Умило вічка, ротик, щічки. Взяло гребінець і розчесало свої золоті волоси-промінчика. Промінчика розпрямилися, яскраво засяяли.

Сонечко розправило своє платтячко й вийшло на небо. Вдихнуло свіже повітря й посміхнулося всім.

Психолог: - Від ласкавих імен стало тепло, як від сонечка. Усі ми зараз станемо сонечками й зігріємо один одного.

Гра «Ласкаво торкнися до...»

Психолог: - Сьогодні ми ближче познайомилися один з одним, дізналися які улюблені імена кожного, зігріли один одного сонячним теплом, а тепер добре розгляньте один одного, хто в що одягнений і якого кольору одяг.

Психолог пропонує: «Доторкнися до... синього!»

Усі повинні миттєво зорієнтуватися, виявити в учасників в одязі щось синє й доторкнутися до цього предмета.

Кольори періодично міняються, хто не встигнув — ведучий. Психолог стежить, щоб доторкалися до кожного учасника.

Арт-терапевтична вправа «Усі ми різні»

Дітям пропонується протягом 5 хвилин зобразити за допомогою кольорових олівців, що таке радість. Психолог зазначає, що малюнок може бути конкретним, абстрактним, яким завгодно. Після ви конання завдання учасники, у тому числі психолог, по черзі показують свої малюнки групі, розповідають, що на них зображено. Діти обмінюються враженнями: чи важко було виконати завдання, чи складно розповісти, що саме зобразили.

Психолог звертає увагу дітей на відмінності в розумінні та зображенні поняття «радість». Робиться висновок про те, що кожна людина – особлива, неповторна, а отже, незамінна, і це – важлива підстава для того, щоб вона відчувала свою цінність.

Вправа «Компліменти»

Сидячи в колі, усі беруться за руки. Дивлячись в очі сусідові, треба сказати йому кілька добрих слів, за щось похвалити. Дитина, якій зробили комплімент киває головою й говорить: «Спасибі, мені дуже приємно!» Потім він виголошує комплімент своєму сусідові. Коли виникають труднощі, психолог може зробити комплімент або запропонувати сказати щось «смачне», «солодке», «квіткове».

Протягом гри, психолог перебуває в колі разом з дітьми, показує приклад, підказує, підбадьорює, налаштовує дітей на позитив.

Гра «Зайчики і слоники»

Надає можливість дітям відчути себе сильними і сміливими, сприяти підвищенню самооцінки.

Психолог: - Діти, я хочу вам запропонувати гру, яка називається «Зайчики і слоники». Спочатку ми з вами будемо зайчиками-боягузами. Скажіть, коли заєць відчуває небезпеку, що він робить? Правильно, тремтить. Покажіть, як він тремтить. Притискає вуха, весь стискається, намагається стати маленьким і непомітним, хвостик і лапки його трясуться» і т.д. Діти показують.

- Покажіть, що роблять зайчики, якщо чують кроки людини?» Діти розбігаються по групі, ховаються і т.д.

- А що роблять зайчики, якщо бачать вовка?... Психолог грає з дітьми протягом декількох хвилин.

- А тепер ми з вами будемо слонами, великими, сильними, сміливими. Покажіть, як спокійно, зважливо, велично і безстрашно ходять слони.

- А що роблять слони, коли бачать людину? Вони бояться її? – Ні.

- Вони дружать з нею і, коли її бачать, спокійно продовжують свій шлях. Покажіть, як. Покажіть, що роблять слони, коли бачать тигра...

Діти протягом декількох хвилин зображують безстрашного слона. Після проведення вправи діти сідають в коло і обговорюють, ким їм більше сподобалося бути і чому.

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Ритуал завершення заняття «Сонячні промінчики»

Психолог пропонує дітям простягнути руки вперед і з'єднати їх у центрі кола. Тихо так постояти, намагаючись відчути себе теплим сонячним промінчиком.

Заняття № 3.

Мета: сприяти формуванню адекватної самооцінки, усвідомленню власних сильних і слабких сторін; сприяти згуртуванню дітей, навчати мирній взаємодії у грі; створювати атмосферу довіри у групі, знімати напруження.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання. Вправа «Привітаємось, як…»

Мета: створення атмосфери довіри, зняття напруження.

Психолог читає віршик:

На зеленому лужку

Квітне мак.

Ми зібрались залюбки,

Привітаємося, як…

Далі психолог називає тваринку, наприклад, жабка – діти кажуть «ква – ква», киця – «мяв – мяв», собачка «гав – гав», поросятко – «хрю – хрю»…

Психологічна розминка «Що ти любиш?»

Психолог по черзі кидає м'яч кожній дитині в колі, а той, хто піймав повинен відповістити на запитання: «Що ти любиш найбільше?» або «Що тобі не подобається найбільше?», або «Чим ти любиш займатися?», або «Чого ти найбільше боїшся?»

ІІ. Основна частина заняття

Гра «Дракон»

Для згуртування групи дітей, навчання мирній взаємодії у грі.

Гравці стають у лінію, тримаючись за плечі. Перший учасник «голова», останній – «хвіст» дракона. «Голова» повинна дотягтися до «хвоста» і доторкнутися до нього. «Тіло» дракона нерозривне. Як тільки «голова» схопить «хвіст», вона стає «хвостом». Бажано, щоб більша кількість учасників побували у двох ролях.

Вправа «Камінчик у черевику»

Мета: сприяти формуванню об’єктивної самооцінки, усвідомленню власних слабких сторін.

Психолог пропонує дітям уявити, що в черевик до них потравив камінчик. Він муляє, заважає зосередитись, відволікає увагу, перешкоджає власній активності. Якщо говорити про взаємини, то що може бути схожим на камінчик? Камінчик – це ті слабкі якості, які є в кожного і які перешкоджають ефективно рухатися вперед, розвиватися.

Психолог по черзі кидає кожному учаснику камінчик. Дитина має назвати свою слабку якість, рису характеру та вказати, чим саме вона заважає.

Обговорення: - Що відчували, аналізуючи власні слабкості? Які висновки можна зробити після виконаної роботи?

Психолог підводить дітей до висновку, що слабкі якості є в кожного, адже дуже важливо їх усвідомлювати та прагнути до удосконалення, самозмін.

Бесіда «Як можна звернутися до іншої людини із проханням»

Психолог: - Діти, ми з вами вже говорили, як можна привітатися з іншою людиною. Існує багато чарівних слів, які допомагають нам спілкуватися, піднімають настрій. Сьогодні ми будемо вчитися правильно спілкуватися, коли хочемо щось попросити. Давайте уявимо, що ви звертаєтеся із проханням до знайомої людини. Як це краще зробити? Як ви думаєте? Чи обов'язково називати по імені, дивитися в очі, не забути сказати слово « будь ласка». Давайте спробуємо. «Дмитрик, дай мені, будь ласка, іграшку». «Маринко, якщо тобі не важко, допоможи мені скласти книги». «Наташа, будь так добра, поправ мені, будь ласка, комір». А тепер уявимо, що вам потрібно звернутися до незнайомої людини на вулиці, щоб довідатися, як знайти магазин... Як ви думаєте? Можна сказати так: «Будьте ласкаві», «Будьте люб'язні», «Якщо вам не важко», «Допоможіть мені, будь ласка», «Зробіть мені послугу». Програти варіанти по ситуаціях.

А якщо вам потрібно звернутися до вихователя, мами або іншого дорослого, а він у цей час розмовляє з ким-небудь? «Вибачте, будь ласка, що перебиваю вас, можна до вас звернутися?» «Вибачте, я вам не перешкоджу, можна поставити запитання?» Думаю, що ви не забудете про наш урок ввічливості й зробите приємне людям, з якими ви будете спілкуватися; а вони отримають приємні моменти від спілкування з вами.

Гра «Чарівна паличка»

Ця гра може носити як пізнавальний зміст, так і особливу емоційну спрямованість, сприяє закріпленню уявлень про себе як про сильних і впевнених в собі. Дитина бере в руки «чарівну паличку» і перетворює все, з чим і ким грає (дорослого або інших дітей) у ті чи інші «образи». Потім партнер по грі «перетворює» саму дитину. «Перетворення»

можуть бути різні (їх підказує дорослий) – у квіти, літери, тварин, птахів, спортсменів, улюблених героїв казок або оповідань і т.д.

Звичайно, необхідно стежити, щоб діти використовували позитивні образи. Якщо дитина незадоволена тим, в кого її перетворили, то скасуйте перетворення за допомогою «чарівної палички».

Іноді діти самі просять, щоб їх перетворили то в одного героя, то в іншого. Можливо, це спірно, але навіть, якщо дорослому здається, що обраний герой не дуже позитивний (наприклад, Вовк), все одно йдіть дитині назустріч. Оскільки можливості морального аналізу дітей можуть бути обмежені, то дитина обирає того героя, який здається їй, що він «сильний», «може постояти за себе» і т.д., бажає саме ці якості для себе, а інших просто не помічає.

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Вправа «Емоційний ланцюжок»

Для створення позитивної ситуації у групі, зняття напруження.

Психолог запитує у дітей: «З якою емоцією ви завершуєте заняття?». Усі учасники по колу називають емоцію.

Заняття № 4.

Мета: ознайомити дітей із поняттям хвалькуватості, надати можливість проаналізувати свою поведінку; закріпити прагнення робити маленькі добрі справи для інших; оптимізувати і підвищувати самооцінку; створити умови для дружніх відносин у групі.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання

Психологічна розминка. Вправа «Чарівний клубочок»

Діти сидять на стільцях або на килимі по колу. Психолог передає клубок ниток дитині, та намотує нитку на палець і при цьому говорить ласкаве слово, або добре побажання, або ласкаво називає поруч сидячу дитину по імені, або виголошує «чарівне ввічливе слово» і т.п. Потім передає клубок наступній дитині, поки не дійде черга до психолога.

ІІ. Основна частина заняття

Розповідання казки «Про чашечку»

Психолог пропонує дітям послухати казку про чашечку та обговорити її зміст.

У порцеляновому царстві, у кришталевій державі, серед іншого посуду жила-була чашечка. На перший погляд, нічим вона не виділялася від своїх родичів – інших чашок – така ж весела й безтурботна. Однак, на відміну від своїх сестер, вона була дуже горда й норовлива, тому що вважала себе найкрасивішою чашкою в державі. Треба сказати, вона й справді була гарна: її перламутрове ясно-зелене платтячко, схоже на дзвіночок, було прикрашене золотими горошинками, у неї було тоненьке денце й маленька витончена ручка, яка теж була позолочена. Але найбільше чашечка пишалася маленькою золотою трояндочкою, намальованою усередині, на самому денці. Вона раз у раз похвалялася своїми вбраннями:

- Подивіться, яка я гарна. Ні в кого немає такого платтячка в горошок, а моя трояндочка на денці, чи не правда, вона чудова?

Чашечка дуже пишалася своєю красою, вона навіть не дружила з іншими чашками й не водила з ними хороводи. Але найбільше вона не любила, коли пузатий чайник наповнював її окропом.

Тільки наша чашечка-красуня завжди вередувала: стрибала, падала на бік, каталася по столу, розхлюпуючи все, що в неї наливали. А ще вона не любила митися, боячись, що щітки й порошок зіпсують її прекрасне вбрання.

Незабаром усі зрозуміли, що чашечка зазналася, і просто перестали звертати на неї увагу. Тільки одне біле блюдце, яке було закохане в чашечку, не перестало захоплюватися її красою. А хвастуха й не зважала, як страждає бідне блюдце. Одного разу воно вирішило зізнатися чашечці й, підійшовши до неї, тихо сказало:

- Мила чашечко! Ти мені дуже подобаєшся. Нехай я не таке гарне, але зате я зроблю для тебе все, що ти захочеш. Давай завжди будемо разом.

Почувши це, чашечка страшно розсердилася:

- Так як ти, просте блюдце, смієш пропонувати мені це! Подивися на себе! У тебе немає навіть ніде позолоти! А я – найкраща чашка у світі! – крикнула вона й сильно вдарила блюдце.

Блюдце впало й розбилося. Але й чашечка розбилася теж.

Обговорення: Як поводилась чашечка? Чи гарно так вихвалятися? Чи інші чашки заслуговують на похвалу теж?

Бесіда про те, як погано зазнаватися.

Вправа «Маленькі добрі справи»

Психолог пропонує дітям навести приклади маленьких добрих справ, які підвищують самооцінку та підтримують позитивні відносини з іншими людьми.

Далі залучає дітей до інсценування «Маленькі добрі справи», пропонує їм продемонструвати, як можна підвищити самооцінку, допомагаючи іншим.

Психолог: - Коли робиш щось для інших, а не для себе, отримуєш несподіваний бонус – чудовий настрій і задоволення собою.

Психолог пропонує дошкільникам об’єднатись у пари з тим, хто сидить ліворуч від них, підготувати і показати пантомімою одну маленьку добру справу, яка здатна швидко підвищити самооцінку.

Обговорення: - Чому самооцінка підвищується, коли люди роблять добрі справи для інших?

Гра-етюд «Сонячний зайчик»

Психолог: - Уявіть собі, що сонячний зайчик заглянув вам в очі. Закрийте їх. Зайчик побіг далі по обличчі, ніжно погладьте його долонями: на чолі, на носі, на ротику, на щічках, на підборідді, погладжуйте акуратно, щоб не злякати, голову, животик, руки, ноги, він забрався за комірець – погладьте його й там. Сонячний зайчик – не бешкетник, він любить і пестить вас, а ви погладьте його й подружіться з ним.

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Завершальний ритуал «Коло дружби»

Діти сідають в коло і беруться за руки. Психолог просить, щоб кожен з них подивився сусідові в очі й подарував йому найдобрішу і гарну посмішку. Гра знімає напругу, вчить не боятися і довіряти один одному.

Заняття № 5.

Мета: підвищувати самооцінку дітей, надати можливість відчути себе сильним, доброзичливим, життєрадісним; формувати вміння знаходити позитивне в собі та в інших; формувати позитивний настрій; створювати сприятливу атмосферу взаємодії дітей у групі.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання

Психологічна розминка. Гра «Вітер віє на...»

Зі словами «Вітер віє на...» психолог починає гру. Щоб усі учасники гри більше дізналися один про одного, питання можуть бути наступними: «Вітер віє на того, у кого світле волосся» – усі світловолосі збираються в одну купку. «Вітер віє на того, у кого є сестра... брат... хто найбільше любить солодке.. і т.д.». Ведучого необхідно міняти, даючи можливість запитати учасників кожному.

Гра «На що схожий настрій?»

Діти по черзі говорять, на яку пору року, природне явище, погоду схожий їх сьогоднішній настрій. Почати краще психологу: «Мій настрій схожий на білу пухнату хмарину в спокійному блакитному небі, а твій?» Наприкінці психолог узагальнює, який же сьогодні у всієї групи настрій: сумний, веселий, смішний, злий і т.д. Треба враховувати, що погана погода, холод, дощ, хмуре небо, агресивні елементи свідчать про емоційне неблагополуччя. А тому бажано допомагати дітям складати порівняння із позитивними прикладами. Наприкінці психолога пропонує дітям намалювати гарний настрій і розказати, чому він сьогодні такий.

ІІ. Основна частина заняття

Вправа «Як було б, якби...»

Для надання можливості відчути себе сильним, доброзичливим, життєрадісним.

Психолог: - Якщо ви почуваєтеся пригніченим, уявіть, як би ви себе почували, як би виглядало все навколо, якби ви були життєрадісні.

Якщо ви почуваєтеся знесиленим, уявіть, яким би ви були, якби були сповнені сил.

Якщо ви почуваєтеся втомленим, знайдіть у собі ту частішу, що ніколи не втомлюється. Уявіть себе активним і енергійним!

Вправа «Ласкавий водопад»

Спрямована на формування вміння знаходити позитивне в собі та в інших.

Одна дитина сідає на стілець, що стоїть у центрі кола, і заплющує очі. Кожен учасник групи по черзі підходить до неї та пошепки промовляє кілька слів про її гарні риси, за які цінує і любить дитину. Такий ласкавий водопад позитивними емоціями і рисами отримує кожен учасник групи.

Обговорення: Що ви відчували, коли вам говорили ласкаві слова? Чи всі названі риси і якості вам притаманні? Чи про всі ви знали?

Пластичний етюд «Квіточка»

Психолог: - Діти, уявіть собі, що настало літо, з'явилось безліч квітів на лузі, у лісі, у квітнику. Вони такі гарні, яскраві, різнобарвні! Хочете бути гарною квіткою на лузі? Якою квіткою хочете бути? (Діти відповідають, обираючи собі квіточку для перевтілення. Далі виконують рухи за показом психолога відповідно до тексту етюда).

Психолог: - Сонечко ще не зійшло, квіточки сплять. Вічка в них закриті, бутончики обхопили пелюстками. Дихають глибоко, рівно, спокійно.

Але от: «Дзинь», – визирнуло перший промінець сонечка. Погладило по голівці квіточку-Маринку, квіточку-Катю... (гладить).

Квіточки відкрили спочатку одне око, потім інше, подивилися очима вниз, вліво, вправо, нагору. Замружилися від яскравого сонечка. Відкрили очі широко й посміхнулися. Як раділи квіточки сонечку! Задзвеніли дзвіночки: «Дзинь-Дзинь-Дзинь».

Їм відповіли ромашки: «Тік-Так, тік-так»...

Стали квіточки вмиватися росою: щічки, очки, плічка, грудки. От які чисті й свіжі!

Подивилися один на одного й усі разом сказали: «Здраствуй, ранок! Як добре жити!».

Обговорення: Чи вдалося відчути себе квіточкою? Який зараз у вас настрій? Чи всі відчули на собі сонячні промінчики?

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Вправа-прощання «Компліменти»

Для узагальнення позитивного настрою, формування вмінь робити компліменти іншим.

Діти отримують написані на папірцях приємні слова, які можуть залишити собі або подарувати комусь:

Ти – весела людина.

У тебе добрі очі.
У тебе дуже гарна усмішка.
З тобою дуже весело.
Ти добра і чуйна людина.
Ти сміливий.
З тобою дуже цікаво.

Заняття № 6.

Мета: коректувати неадекватну самооцінку дітей; вчити прийомам самоконтролю і саморегуляції поведінки; формувати навички зниження негативних емоцій, вчити дітей альтернативних варіантів поведінки в ситуації конфлікту; знижувати психоемоційне напруження; створити позитивну психологічну атмосферу взаємодії дітей у групі.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання. Вправа «Давайте привітаємося»

Мета: забезпечення позитивної психологічної атмосфери в групі.

Діти за сигналом психолога хаотично рухаються по кімнаті й вітаються один з одним таким чином:

- один раз плеснув психолог в долоні – вітаються за руку;
- двічі плеснув в долоні – вітаються плечима;
- тричі плеснув в долоні – вітаються спинками.

Психологічна розминка. Етюд «Складемо історію»

Психолог починає історію: «Жили-були діти старшої групи одного дитячого садка...» наступний учасник продовжує, і так далі по колу. Коли черга знову доходить до ведучого, він коректує сюжет історії, робить більш осмисленим, і вправа продовжується.

ІІ. Основна частина заняття

Гра «Відгадай, про кого йдеться»

Про кожну дитину психолог завчасно продумує позитивну характеристику і по черзі розповідає, а діти відгадують, про кого йдеться. Наприклад: «ця дівчинка – гарна помічниця, так виразно розповідає вірші, завжди має охайний вигляд. У неї такі щирі блакитні оченята... Вчора вона допомогла прибрати в ігровому куточку...»

Коли діти здогадалися, про кого розповідав дорослий, та дитина виходить, стає на «п'єдестал», і всі їй аплодують.

Гра «Тух – тібі – дух»

Мета: вироблення навичок зниження негативних емоцій, навчання дітей альтернативних варіантів поведінки в ситуації конфлікту.

Психолог. – Діти, скажіть, будь ласка, чи зможемо ми спілкуватися з іншими дітьми і дорослими, якщо будемо дуже сердиті або ображені на когось? Чому?...

Психолог: - Я відкрию зараз один секрет. Якщо ви дуже сердиті, вам не хочеться ні з ким розмовляти і гратися, то треба подивитися в очі іншій дитині, нахмурити чоло і сердито – пресердито вимовити чарівне слово: «Тух–тібі–дух». Це магічне слово треба сказати всім, на кого ви сердиті чи образилися. Отже, уявіть собі, що ви дуже сердиті і скажіть один одному: «Тух – тібі – дух».

Примітка: у грі закладений комічний парадокс. Вимовляти: «Тух – тібі – дух» і не засміятися досить складно.

Вправа Опануй себе»

Мета: самоконтроль і саморегуляція поведінки.

Психолог. - А ще, коли виникає бажання когось вдарити, образити є дуже простий спосіб довести свою силу: потрібно обхопити долонями лікті і сильно пригорнути руки до грудей – це поза витриманої, сильної духом людини. Адже ми з вами саме такі, чи не так? (Діти повторюють жести за психологом).

- Молодці. Я думаю, що труднощів у спілкуванні з іншими дітьми, та й з дорослими у вас більше не виникне. І будете завжди відчувати себе сильними і впевненими у собі дітьми.

Вправа-гра «Подарунок»

Психолог пропонує зробити подарунок товаришу і роздає всім малятам по конверту. Кожен учасник підходить до столу, на якому розкладені різні картинки, вибирає будь-яку з них, кладе в конверт, заклеює його та дарує товаришеві зі щирими словами привітання. Коли всі конверти потрапили до своїх адресатів, діти дістають подарунки, розглядаюгь їх, діляться своїми враженнями.

Вправа на релаксацію «Дощик»

Для зняття психоемоційного напруження, досягнення відчуття спокою.

Психолог. - Закриємо наші оченята і уявімо, що падає теплий дощик. Крапля раз, крапля два, дощик тихо накрапа, дощик тихо накрапа. Ось вже краплі поспішають, одна одну підганяють: крап, крап, крап...

Маленька краплинка впала вам на голівку. Ось ще одна. Ще.... Вже все ваше тіло вкрилося краплинками. Ви відчуваєте приємну прохолоду.

Розплющуйте очі. Подивіться, де можна сховатися від дощу. Ні, немає від нього порятунку. Краплі заважають дивитися. Покліпайте очима. Ось так.

Зітріть пальчиками воду з повік. Зітріть долонями краплинки води з обличчя. Дощик вже закінчився.

Визирнуло сонечко. Підійміть до нього руки, привітайтеся: «Здрастуй, сонечко! Ми тобі раді! Ти нас зігріваєш, ти нас звеселяєш!».

- Як ви себе почуваєте?

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Заняття № 7.

Мета: підвищувати самооцінку дітей, надати можливість для самовдосконалення, пошуку гарних слів для інших учасників; створювати сприятливу атмосферу взаємодії дітей у групі; сприяти зняттю психоемоційного напруження, досягненню відчуття спокою.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання. Гра «Добрі слова»

Мета: створення сприятливої атмосфери в групі.

Психолог: - Ну лузі зеленім гуляла корова.

Корова шукала там доброго слова.

Та там знаходила лиш квіти й травинки,

Листочки, ягідки й скоринки,

Та доброго слова ніде не знайшла –

І сумно додому корова пішла.

Психолог запитує: які добрі слова шукала корова? Які добрі слова ви ще знаєте?

Психологічна розминка «Дружба починається з посмішки»

Діти, які сидять в колі, беруться за руки, дивляться сусідові в очі й мовчачи посміхаються один одному.

ІІ. Основна частина заняття

Вправа «Похвали себе»

Для створення позитивного настрою учасників, підвищення самооцінки.

Психолог просить дітей, які стоять ланцюжком, по черзі за годинниковою стрілкою, похвалити себе за рису свого характеру, в якій вони впевнені.

Вправа «Скульптура моїх хороших якостей»

Для підвищення самоповаги у дітей.

Дитина-ведучий спільно із психологом і групою згадують свої хороші якості й підбирають до кожної якості пластилін певного кольору. Потім визначають свою головну

чесноту, фантазують, на що вона схожа, як її можна зліпити. Після цього у скульптуру додаються інші свої хороші якості.

Етюд «Скажи хороші слова про свого друга»

За бажанням вибирається дитина, її саджають у коло, і кожний говорить про те, що йому подобається в цій дитині. Психолог звертає увагу дітей на те, щоб вони не повторювалися, дає зразок. У своїх висловленнях діти відзначають зовнішні й внутрішні риси дитини, приводять приклади будь-яких життєвих ситуацій. На одному занятті слід вибирати не більше, ніж двох дітей.

Рольова гра «Добра чарівниця» (інсценізування казки)

Інструкція: Діти, зараз ми з вами розіграємо казку про добру чарівницю та злих чудовиськ. Спочатку ми маємо розподілити ролі чарівниці (чарівника) та чудовиськ. (До одягу дітей прикріплюються символічні позначення героїв).

Після цього я розповідатиму казку, говоритиму, що мають робити герої, − і ви будете це виконувати.

Довідалась Добра Чарівниця, що Чаклун перетворив добрих дітей на злі чудовиська, і вирішила одна піти до лісу і врятувати їх. Чудовиська хотіли її налякати: вигукували страшними голосами, погрожували кулаками, кривлялися, показували зуби, плигали, але вона нічого не злякалася. Ось вона влучила момент і торкнулася своєю чарівною паличкою одного Чудовиська, сторукого, стозубого, стоголосого. Воно вмить перетворилося на лагідну і веселу дівчинку (хлопчика) (приколюється позначка «доброго хлопчика чи дівчинки»). Вона (він) підбігла до чарівниці, обняла її, подякувала − і вони вже вдвох, тримаючись за руки, стоять у колі страшних чудовиськ.

Раптом Чудовисько триголове, триноге, тривухе наблизилось до них і само наштовхнулося на паличку, зойкнуло і перетворилося на красивого і сміливого хлопчика (дівчинку) (приколюється позначка «доброго хлопчика чи дівчинки»). Дівчатка спочатку стурбувалися, чи не зробили вони йому боляче, (пауза), але хлопчик заспокоїв своїх рятівниць, подякував їм за допомогу, обійняв їх за плечі, і вони втрьох продовжували рятувати зачарованих дітей.

Гра продовжується, доки всі зачаровані діти не стануть добрими і лагідними.

У ході групового обговорення оцінюється акторський талант кожної дитини, визначаються висновки про те, що добрим і лагідним бути краще. І не обов'язково чекати, доки прийде добра чарівниця, а самому намагатися стати кращим і доброзичливішим до оточуючих.

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Завершальна вправа «Добрі побажання»

Завдання: по черзі кожен з дітей бажає сусіду праворуч щось приємне. На завершення психолог підсумовує добрі побажання для всієї групи.

Заняття № 8.

Мета: оптимізувати самооцінку дітей, підвищувати самоповагу та позитивне самоставлення, закріпити уявлення про характерні риси і поведінку гарного і поганого хлопчика (дівчинки); надати можливість відчути себе сильним, впевненим в собі, підвести підсумки участі в програмі занять.

Хід заняття

І. Вступна частина заняття

Привітання

Психологічна розминка. Пластичний етюд «Пташка» (під музичний супровід)

Спочатку діти розглядають картинки із зображенням різних птахів і квітів, спостерігають за птахами на ділянці.

Психолог: - Діти, уявіть собі, що ви – пташки. Закрийте очі й присядьте – пташки сидять на гілці й сплять. От пригріло тепле весняне сонечко, і пташки прокинулися, розправили крильця, пір'їнки, потягнулися.

Змахнули крильцями й полетіли у блакитному небі. Літали пташки й утомилися, опустилися на травичку біля струмочка, попили водички.

Знову пташки полетіли й опустилися на пташиний двір. Поклювали зерняток і стали розглядати мешканців пташиного двору. А у дворі кого тільки немає: і поважний індик, і гордий півень, і ласкаві курочки, і каченята неслухняні, і весела качечка, і гусак-задира.

Погостювали пташки в них і полетіли додому назад.

А сонечко вже сідати стало, небо стемніло, пташки сіли знову на гілочки, склали свої крильця й заснули.

- А тепер відкриємо очі й знову станемо дітьми й намалюємо того, кого бачили на пташиному дворі.

ІІ. Основна частина заняття

Вправа «Унікальність кожного»

Учасники вільно переміщаються залою. Щоразу, зустрічаючись із ким-небудь із учасників, кожний повинен відповісти на два запитання: «Чим ми з тобою схожі?» «Чим ми відрізняємося одне від одного?».

Вправа «Мої сильні сторони»

Діти сідають у коло. Кожна дитина повинна розповісти про свої сильні сторони, про те, що вона любить, цінує, що вона вміє. Важливо, щоб діти не применшували своїх переваг, не критикували себе, не говорили про свої помилки, невдачі.

Рольова гра-інсценізація «Один день із життя поганого-доброго хлопчика (дівчинки)»

Мета: сприяти прояву справжніх почуттів у дітей; надати дітям можливість отримання досвіду «поганої дитини» і «хорошої дитини».

Вибирається дитина на роль ведучого. ЇЇ завдання - зобразити один день із життя поганого хлопчика (дівчинки): він спить (лежить на стільці), прокидається, йде у дитсадок, повертається, грає, лягає спати і т. д. Ведучий і решта учасників при цьому допомагають наповнити кожен часовий відрізок своїм змістом, грають ролі поганої мами, вчительки, тата і т. д. (за потребою), стимулюючи при цьому прояв агресії з боку дитини (засуджують її, карають і т.д.).

Після того як ситуація програна, та ж дитина зображує один день із життя хорошого хлопчика (дівчинки), відповідно інші діти підіграють йому, зображуючи люблячих його маму, тата, вчительку і т. д.

Під час обговорення діти закріплюють характеристику гарного хлопчика (дівчинки) і поганого хлопчика (дівчинки). Обговорюють, що потрібно робити, щоб бути гарним.

Гра «Рятувальники»

Психолог пропонує дітям пограти в гру, повідомляє учасникам, що трапилося щось несподіване. Наприклад, декілька рибалок віднесло на крижині у відкритий океан.

Діти обирають собі ролі – вони можуть бути постраждалими, хтось із них тележурналістом чи оператором, що висвітлює надзвичайну ситуацію. Дитина-журналіст розповідає про те, як сміливі рибалки не розгубилися і знайшли спосіб покликати на допомогу! Також дітям пропонують обрати роль відважних рятувальників, які можуть бути і лікарями, і альпіністами, і пожежними, і водіями. Завдання для дітей – врятувати постраждалих.

Учасникам пропонують всі ролі – постраждалих, тележурналіста, оператора, рятувальників тощо. Від того, яку роль обрала дитина, і як вона її грає залежить її світовідчуття, вона визначає своє місце в світі, свою активність. Після гри важливо похвалити всіх учасників, обговорити, як рятувальники допомогли постраждалим, як саме поводилися тощо.

Вправа виконується декілька разів, за бажанням дітей приймати участь в різних ролях (пропонуються дещо різні ситуації, які потребують «допомоги» і «рятування»).

Бажано, щоб діти, які обирали ролі постраждалих, змогли ще раз програти ситуацію з протилежної ролі – «рятувальника», це закріпить у них відчуття сміливості, впевненості в собі, внутрішньої сили.

Вправа на релаксацію «Я і природа»

Для зняття психоемоційного напруження, досягнення відчуття спокою.

Діти закривають очі, слухають і уявляють себе в ролі тих образів, що зобразили в своїй уяві.

«Я – хмаринка». Велика, темна, пухнаста, легка хмаринка. Я вільно пливу в синьому небі. Мої руки легкі, вони допомагають мені летіти. Я піднімаю вгору очі й наповнююся світлом. Я стаю добрішою, красивішою. Я відчуваю в собі дощ. Я можу подарувати свій дощ землі. Я видихаю дощ і прозорими крапельками падаю на землю.

«Я – дощ». Я випливаю з великої хмари і лечу, над землею. Я маленька прозора краплинка. Я кружляю у повітрі, я кричу землі: «Вітаю тебе!» Я падаю на зелений листочок, торкаюся його губами, руками, усім тілом. Я падаю на землю, вона обіймає мене і легко зітхає.

«Я – листочок». Я – маленький листочок, росту на могутньому дереві. Мене весело гойдає вітерець і ніби кличе за собою. І ось я відриваюсь од гілочки, злітаю. Як хороше кружляти над землею! А коли я втомлюся – спущуся на неї відпочити...

«Я – сонечко». Я – маленьке сонечко. Я купаюся в голубих хвилях річки. Я подібне до жовтої кулі. У мене багато тепла і світла. Я дарую своє тепло всім на землі: лісам, полям, річкам, людям. Я перетворююсь на маленький сонячний промінчик і весело стрибаю. Як сонячний зайчик»

Психолог. Тепер відкривайте свої оченята, повертайтеся із небесної подорожі додому. Як ви себе почуваєте?

ІІІ. Заключна частина заняття. Підведення підсумків заняття

Завершальна вправа «Я навчився»

Психолог пропонує дітям продовжити фразу «За час занять я навчився (навчилась) …», наводить приклади для початку. Всі учасники мають висловитися, розповісти, що нового вони дізналися про себе, інших дітей, чого навчилися. Завершальним питанням психолога є: «З якими емоціями завершаємо сьогоднішнє заняття?».

Після цього психолог підводить підсумок, що діти навчилися бути гарними, сміливими, впевненими в собі, і висловлює сподівання, що вони будуть рости добрими, сильними, доброзичливими до себе та до оточуючих людей.

Додаток Ж

Рекомендації для батьків по формуванню адекватної самооцінки дитини дошкільного віку (за Ю. Бабаян і Н. Тимченко, Ж. Мельник)

– знаходити час, хоча б кілька хвилин щодня, щоб приділити дитині всю свою увагу, не ділячи її ні з чим;

– показати дитині, що батьки визнають і розуміють її почуття, навіть якщо не згодні з нею. Пояснити, що різні люди можуть мати різні почуття. Ніякі людські почуття не бувають правильними або неправильними;

– як би не подобалася ситуація або якийсь план, запитати про це думку дитини, якщо необхідно, запропонувати їй кілька альтернатив;

– показувати дітям свою безкорисливу любов;

– установити послідовні, тверді обмеження. Це дозволить дитині зрозуміти, що навколишній світ передбачуваний. Перетворення їх у життя вимагає вироблення відповідних наслідків за негарну поведінку;

– хвалити дитину за конкретні вчинки. Якщо дитина бачить, що батьки дійсно помітили її спроби щось зробити добре, вона їх повторить;

– використовувати рольові ігри для обігравання з дітьми важких або незнайомих ситуацій заздалегідь, так, щоб зіштовхуючись із ними, діти почували себе впевнено, комфортно, знаючи, що робити і чого очікувати;

– допомогти дітям навчитися вирішувати проблеми самим, не вдаючись до допомоги дорослих;

– поважати зусилля дітей;

– показувати дитині очевидні свідчення її розвитку, її досягнення. Показувати дитині її старі малюнки або її більш ранній відеозапис, щоб довести дитині, які вона зробила успіхи, які придбала нові навички;

– пояснити дитині, що в усіх іноді трапляються невдачі. Дуже важливо зрозуміти, що помилки дають людині можливість учитися;

– намагатися концентруватися на позитивному, придумати щось цікаве;

– допомогти дитині відчути її важливість, доручаючи якісь справи чи обов'язки, щоб допомогти родині;

– ставитися з повагою до індивідуальних особливостей дитини, до її ступеня розвитку на різних стадіях;

– визнавати сильні сторони своєї дитини і хвалити за них, а не фіксувати увагу на її слабкостях. Надати дитині якнайбільше можливостей домагатися успіху у тому, що їй подобається і що в неї виходить;

– уникати порівняння своєї дитини з іншими. Нехай дитина знає, що її люблять такою, якою вона є;

– розповідати дитині цікаві деталі про родину, про історію родини. Просити про це родичів;

– обов'язково влаштовувати сімейні свята. Встановити власні сімейні традиції;

– відкривати дитині свій внутрішній світ, ділитися з нею своїми пристрастями, знаннями й емоціями;

– дбайливо ставитися до внутрішнього світу дитини, поважати її інтереси, серйозно сприймати прикрості, якими б тривіальними і нудними вони не здавалися;

– дитина повинна бачити, що батьки пишаються не тільки нею, але й собою;

– батьки повинні розуміти, що жартівні прізвиська або дражніння дитиною можуть сприйматися серйозно. І якщо вона просить перестати, варто прислухатися до неї;

– намагатися дивитися на деякі речі очами дитини, пам'ятати, що її бачення навколишнього світу ґрунтується на обмеженому досвіді і нерозвиненому мисленні;

– знайомити дитину з різноманіттям навколишнього світу, говорити про те, що кожна людина – унікальна, і вона теж.