**Повышаем самооценку ребенка с помощью игр**

**(Консультация для педагогов)**

*Колодезная М.В*

*Воспитатель*

*МДОУ «Детский сад №17»*

Личностью человек не рождается, а становится ею в процессе совместной с другими людьми деятельности и общении с ними. Совершая те или иные поступки, человек постоянно (но не всегда осознанно) сверяется с тем, что ожидают от него окружающие. Иными словами он как бы «примеряет» на себя их требования, мнения, чувства. Отталкиваясь от мнения окружающих, человек вырабатывает механизм, с помощью которого происходит регуляция его поведения - самооценку.

     Под самооценкой принято понимать оценку личностью себя, своих качеств и места среди других людей. Психологические исследования убедительно доказывают, что особенности самооценки влияют и на эмоциональное состояние, и на степень удовлетворённости своей работой, учебой, жизнью, и на отношения с окружающими.

     Практика воспитания детей в дошкольных учреждениях свидетельствует о том, что богатые потенциальные возможности для развития нравственной самооценки ребёнка, существующие в игре, как правило, не реализуются. А именно - без специального руководства игровой деятельностью между детьми складываются такие оценочные отношения, которые не способствуют формированию самооценки ребёнка на нравственной основе. Так, обычно, одни дети всегда выполняют главные роли и командуют сверстниками, а другие лишь подчиняются, выполняя второстепенные роли, отводимые им постоянными лидерами. Дети - "диктаторы" - чаще всего подавляют инициативу партнёров, что нередко способствует формированию нежелательных качеств, как, например, льстивости, пассивности. Такие ведущие представляют нежелательный пример поведения для сверстников в группе. В результате этого и возникает возможность несоответствия между реальной личностью и её самочувствием - самомнением. На этой основе порождается тенденция к завышенному или заниженному оцениванию себя как субъекта игровой деятельности.

     В игре можно не только формировать самооценку, но и развивать её регулятивную функцию. Из всей совокупности факторов, действующих на формирование отношения личности к себе в процессе деятельности, можно выделить две группы, наиболее существенные: во-первых, собственные достижения и их самооценка, а также соотнесение своей оценки с общественной оценкой и оценкой теми членами коллектива, мнение которых по определенным для личности критериям является значимым; во-вторых, отношение других людей, партнеров по совместной деятельности, к данному человеку как личности.

     Игра помогает детям ощутить единение с другими, дать понять, что ребёнок не одинок. Бывает так, что у ребёнка уже есть негативный опыт общения и ему приходится заново учиться доверять другим. Игровое пространство помогает ускорить и обезопасить этот процесс.

     С помощью игры можно помочь ребёнку понять, что он сам может быть успешным. Моделируя жизненные ситуации, игра дает бесценный опыт и может научить гордиться собой. Она позволяет пережить те трудности, с которыми можно встретиться в реальной жизни, поможет почувствовать внутреннюю силу и сформировать целеустремленность.

     В процессе игры дети научаются правилам хорошего тона, в них культивируется культура общения. Именно в игре прививается, закладывается основа уважения к себе как к личности и понятие, что право на уважение имеет каждый.

     Игры учат заботиться о других, при этом забота не проявляется непосредственно. С каждой новой игрой и каждым новым упражнением закладывается по маленькому кирпичику вот этой заботы о других, которые потом позволят построить целый дом уважительного отношения к себе и другим.

     Игра способствует выявлению творческих способностей и развитию личностно-творческого потенциала, формированию адекватной самооценки, развитию умения принимать самостоятельные решения, формированию навыков саморегуляции и коррекции эмоциональной сферы.

     Игра учит уважать, любить, сочувствовать, сопереживать, развивает рефлексию, формирует чувство собственного достоинства.

     Таким образом, самосознание и отношение к другим неразрывно связаны и взаимообусловливают друг друга; на всех этапах возрастного развития отношение к другим отражает особенности становления самосознания ребёнка и его личности в целом. Ярко этот процесс выражается в игре, где дети, проигрывая различные жизненные ситуации, учатся гордиться собой, преодолевая трудности, воспитывая в себе целеустремленность, чувство уважения к себе и другим как к личности.

     Для дошкольника благоприятны завышенные самооценки с различных позиций по всем уровням, где он считает себя самым лучшим во всём. Низкие же самооценки характеризуют наличие внутриличностных и межличностных конфликтов у ребёнка.

     Одна из наших задач - формирование адекватной самооценки дошкольника.

     Предлагаем вам  комплекс игр и упражнений для достижения ребёнком адекватной самооценки.

**«Смелый заяц».**Заяц любит стоять на пеньке, громко петь песни, читать стихи. Он не боится, что его может услышать волк.Выразительная поза: встать, одна нога чуть впереди другой, руки заложены за спину, подбородок поднят. Мимика: уверенный взгляд.

**«Внимательный мальчик».**По улице шла женщина с покупками. У неё упал сверток. Мальчик, увидев это, подбежал, поднял сверток и подал женщине. Женщина поблагодарила мальчика.

*Этюды на отображение положительных черт характера.*

**«Так будет справедливо».** Мама уходит в магазин. Как только за нею закрывается дверь, братья начинают баловаться: бегают вокруг стола, борются, кидают друг в друга диванную подушку. Вдруг щёлкает замок - это вернулась мама. Старший брат, услышав, что дверь открывается, быстро садится на диван, а младший не заметил маминого прихода и продолжает играть с подушкой. Вот он подбрасывает подушку вверх и попадает ею в люстру, которая начинает раскачиваться. Мама, рассердившись, ставит провинившегося ребёнка в угол. Старший брат поднимается с дивана и встает рядом с братом.

- Почему ты встал в угол? Ведь я тебя не наказывала, - спрашивает мама.

- Так будет справедливо, - ответил серьёзно старший сын. - Ведь это я придумал кидаться подушкой. Мама растрогано улыбается и прощает обоих.

**«Вежливый ребёнок».** На стульях сидят дети. Входит ребёнок и вежливо здоровается с каждым сидящим (дети по очереди играют роль вежливого ребёнка).

*Этюды на отображение отрицательных черт характера.*

**«Робкий ребёнок»**. Ребёнок первый день в детском саду. Он робеет. Ему кажется, что воспитательница, им недовольна, а дети вот-вот его обидят. Выразительные движения: сидеть на кончике стула очень прямо, колени сдвинуты, пятки и носки сомкнуты, локти прижаты к телу, ладони лежат на коленях, голова опущена.

**«Жадный пёс».** Ведущий читает стихотворение В. Квитка.

Жадный пёс дров принёс,

Воды наносил, тесто замесил,

Пирогов напёк, спрятал в уголок,

И съел сам - гам, гам, гам!

Затем один ребёнок имитирует действия, о которых говорится в стихотворении.

**«Эгоист».** Мама приносит к чаю 3 пирожных. Мальчик берёт себе одно пирожное и показывает на 2 других: « А эти я съем вечером». Мама огорчена: «Мой сын - эгоист».

**«Кривляка».**Когда кто-нибудь чужой входит в комнату, мальчик начинает гримасничать и кривляться. Ему хочется, чтобы новый человек смотрел только на него одного.

**«Упрямый мальчик».**Уже вечер. Пора идти ужинать и ложиться спать. Мама берёт мальчика за руку, чтобы отвести его домой, а он упирается, вырывает руку и топает ногами: «Не хочу! Не пойду!»

**Этюд «Злюка».**Ребёнок изображает злюку. Он сидит на стуле, смотрит на каждого присутствующего со злостью и недовольством. Мимика: брови сдвинуты, верхняя губа закушена.

*Этюды на выражение внимания, интереса, сосредоточия.*

**«Любопытный».**Представьте, что по улице идёт мужчина и несёт в руке спортивную сумку, из которой что-то выпирает. Мальчику очень хочется узнать, что лежит в сумке? Мужчина идёт большими шагами и не замечает мальчика. Мальчик прямо таки вьётся около прохожего: то с одной стороны подбежит, то с другой и, вытягивая шею, заглядывает в полуоткрытую сумку. Вдруг мужчина остановился, положил сумку на землю, а сам пошёл в телефонную будку. Мальчик присаживается на корточки около сумки, слегка приоткрывает молнию и заглядывает внутрь сумки. Там лежат всего - то две обыкновенные ракетки. Мальчик разочарованно машет рукой, встаёт и не спеша идёт к своему дому.

**«Раздумье».**Мальчик собирал в лесу грибы и заблудился. Наконец он вышел на большую дорогу. Но в какую сторону идти? - выразительная поза: ребёнок стоит, руки сложены на груди или одна рука на груди поддерживает другую руку, на которую опирается подбородок.

*Подвижные игры.*

**Игра «Сова».**Дети выбирают водящего - сову, которая садится в гнездо и спит. В это время дети начинают бегать и прыгать. Затем ведущий говорит:

«Ночь». Сова открывает глаза и начинает летать. Все игроки сразу должны замереть. Кто пошевелится или засмеётся - становится совой. И игра продолжается.

**Игра «Белые медведи».**Намечается место, где будут жить белые медведи. Двое детей берутся за руки. Это белые медведи.Со словами: «Медведи идут на охоту» они бегут, стараясь окружить и поймать кого-нибудь из играющих детей. Затем снова идут на охоту. Когда они переловят всех играющих, игра заканчивается.

**Упражнение «Ток».** Дети встают в круг, держатся за руки и передают по кругу «ток» (по цепочке, пожимая руку стоящего справа).

**Игра «Пожелание».** Дети сидят в кругу и, бросая друг другу мячик, говорят друг другу добрые пожелания.

**Игра «Ура победителю!».** Стулья расставляются по кругу спинками внутрь. Стульев на один меньше, чем участников игры. Все бегают вокруг стульев, пока ведущий не хлопнет в ладоши. Как только это произошло, нужно успеть занять стул. Участник, оставшийся без стула, выходит из игры. При этом он должен издавать звуки, имитируя какое-нибудь животное (хрю-хрю, мяу-мяу и т.д.). Бегающие по кругу оставшиеся участники опять должны по сигналу ведущего успеть занять стулья, которых снова на один меньше, чем участников. Игра продолжается, пока не останется один победитель. Он залезает на стул и кричит: «Ура победителю!», а все остальные хором издают звуки, которые они издавали во время игры.

*Коммуникативные игры.*

**«Доброе слово».** Дети сидят в кругу. Каждый по очереди говорит что - то приятное о своём соседе (условие: говорящий смотрит в глаза тому, о ком говорит).

**«Молекула».** Все бегают по комнате. При слове «молекула», которое произносит ведущий, все собираются в кучу, плотно прижимаются друг к другу.

**«Волшебное зеркало».** Выбирается «зеркало» - это может быть другой ребёнок или взрослый. Ребёнок смотрится в «зеркало», которое повторяет все его движения, жесты, мимику.

**«Я - разный».** Для проведения данной игры потребуется лист бумаги, разделённый на три части, цветные карандаши. Детям предлагается нарисовать себя в трёх рисунках. Какой он был раньше, какой он сейчас и каким бы он хотел стать (какой он будет). После рисования обсудить рисунки: в чём их разница, что необходимо, чтобы стать таким, каким хочется, что для этого нужно.

Список литературы:

1. Аверин В.А. Психология развития ребёнка. - СПб., 2000.

2. Иванов М.А., Мастеров Б.М. Саморегуляция во взаимодействии // Введение в практическую социальную психологию. Учебное пособие для высших учебных заведений. / Под ред. Ю.М.Жукова, Л.А.Петровской, О.В. Соловьевой. - М., 1996.

3. Проблемы дошкольной игры: психолого-педагогический аспект / Под ред. Н. Н. Поддъякова и Н. Я. Михайленко. - М., 1987.

6. Урунтаева Г.А. Дошкольная психология: Учебное пособие для студентов средних пед. учеб. заведений. - М.: Академия, 2001.

8. Яковлева Н. Г. Психологическая помощь дошкольнику. - СПб.: Валери СПД; М.: ТЦ Сфера, 2002.