

RU

Психолого-педагогическая коррекция заниженной самооценки у старших дошкольников

Литвиненко Н. В.

Аннотация. Цель исследования – разработка программы психолого-педагогической коррекции заниженной самооценки у старших дошкольников. В статье представлена программа психолого-педагогической коррекции заниженной самооценки у старших дошкольников, требующая реализации в деятельности педагога комплекса психолого-педагогических условий, которые содействуют самопознанию, самопринятию себя ребенком и формированию у него приемов саморегуляции своих эмоций, поведения и деятельности. Научная новизна исследования состоит в выявлении особенностей сформированности когнитивного, эмоционально-оценочного и поведенческого компонентов самооценки у старших дошкольников с заниженной самооценкой, разработке содержания, определении методов и средств психолого-педагогической коррекции этого типа самооценки у старших дошкольников, определении психолого-педагогических условий формирования у старших дошкольников с заниженной самооценкой адекватных представлений о себе. В результате исследования выявлены существенные различия в сформированности: когнитивного (недостаточный уровень осознания знаний о себе, развития критичности мышления), эмоционально-оценочного (недовольство собой, тревожность) и поведенческого (неуверенность в себе, пассивность, отсутствие самостоятельности в суждениях и поступках) компонентов самооценки у старших дошкольников с заниженным типом этого личностного образования. Разработаны содержание, определены психолого-педагогические условия и методы работы педагога по коррекции заниженной самооценки у старших дошкольников, обеспечивающие создание успеха для каждого ребенка, включение детей в процесс самопознания, рефлексивную деятельность по оценке своего поведения в сравнении с установленными нормами и правилами, осознание своих возможностей посредством обогащения положительного опыта сравнения своих достижений с результатами работы сверстников в продуктивных видах деятельности.

EN

Psycho-pedagogical correction of low self-esteem in older preschoolers

N. V. Litvinenko

Abstract. The research aims to create a program for the psycho-pedagogical correction of low self-esteem in older preschoolers. The article presents a psycho-pedagogical correction program that requires the educator to implement a set of specific conditions designed to facilitate a child's self-discovery and self-acceptance, while fostering self-regulation techniques for their emotions, behavior, and activities. The scientific novelty of the study lies in identifying the specific developmental features of the cognitive, emotional-evaluative, and behavioral components of self-esteem in older preschoolers with low self-regard. The work further involves elaborating the content, methods, and tools for psycho-pedagogical correction and determining the conditions necessary for these children to form an adequate self-image. As a result of the research, significant differences were identified in the formation of self-esteem components: cognitive (insufficient self-awareness and development of critical thinking), emotional-evaluative (self-dissatisfaction, anxiety), and behavioral (lack of confidence, passivity, and a lack of independence in judgments and actions). The study developed the content and established the psycho-pedagogical conditions and methods for the educator's work. These measures ensure success for every child, involve children in the process of self-discovery and reflective evaluation of their behavior against established norms, and foster an awareness of their own capabilities by enriching positive experiences of comparing their achievements with the results of their peers in productive activities.

Введение

Одной из значимых проблем дошкольного образования является психолого-педагогическая профилактика заниженной самооценки у старших дошкольников, обуславливающей недооценку ребенком своих способностей и результатов деятельности, неуверенность в себе, тревожность, недоверчивость к окружающим и, следовательно, его личностную неготовность к эффективному выполнению в ближайшем будущем новой роли – роли ученика. Решение данной проблемы невозможно без выявления и апробации в дошкольной образовательной организации психолого-педагогических условий формирования у ребенка адекватного образа «Я» как результата самопознания и самопринятия.

Анализ результатов зарубежных и отечественных исследований показывает, что самооценка как компонент самосознания – это оценка личностью себя, своих особенностей, черт характера, своего места в мире и социуме. Исследователи рассматривают это понятие по-разному: как чувство удовлетворенности или неудовлетворенности собой (Джеймс, 2018, с. 154); как составную часть «Я-концепции», отражающую степень притяжения себя, степень развития чувства самоуважения, ощущения собственной ценности (Кон, 1984, с. 31); как аффективную оценку индивидом своего представления о себе, которая может варьироваться по интенсивности в зависимости от того, какие эмоции вызывают конкретные черты его «Я-образа» (Бороздина, 2011, с. 57).

Самосознание (или представление о себе), согласно В. С. Мерлину (2009, с. 115), включает в себя ряд компонентов: отделение себя от внешнего мира; восприятие себя как субъекта активности; осознание собственных психических свойств и качеств; а также отношение к себе как к носителю социальных и нравственных норм.

Основываясь на фундаментальных подходах В. С. Мерлина, отечественные исследователи интерпретируют самосознание как динамическое и неразрывное единство системы знаний личности о самой себе и ее эмоционально-ценностного отношения к этим знаниям (Груздева, 2024, с. 64; Дутчина, 2023, с. 54; Лидак, 2008, с. 37). Поэтому в структуре самооценки как важнейшем компоненте самосознания выделяют две составляющие: когнитивную и эмоциональную (Захарова, 2012, с. 116; Липкина, 1976, с. 53-54; Терещенко, Евтушенко, 2023, с. 21). Отмечается и третья составляющая – поведенческая, но ее чаще всего сопоставляют с регулятивной функцией самооценки (Бороздина, 2011, с. 59).

Адекватная самооценка как сложное интегративное образование самосознания проявляется в самопознании и самопонимании, ощущении собственной ценности, самоуважении и самопринятии (Джеймс, 2018, с. 43; Захарова, 2012, с. 115; Чеснокова, 1977, с. 72). Выделяют такие типы неадекватной самооценки, как завышенная и заниженная (Божович, 2008; Липкина, 1976; Молчанова, 2010).

Для детей старшего дошкольного возраста характерна в основном недифференцированная завышенная самооценка (Божович, 2008; Стеркина, 1977; Эльконин, 2025). Процесс становления адекватного отношения к себе, приобретающего устойчивый и внеситуативный характер, Л. С. Выготский напрямую соотносил с качественными изменениями в психике в период кризиса семи лет (Выготский, 2025, с. 72).

Результаты специальных исследований показывают, что при заниженной самооценке ребенок недооценивает свои возможности и способности, у него формируются такие черты характера, как замкнутость, робость. В поведении детей с таким типом самооценки проявляются нерешительность, повышенная ранимость, недоверчивость к окружающим, необщительность. Отмечается, что высокая чувствительность к критике, обидчивость, желание всем угодить, формируя чувство зависимости у старших дошкольников с заниженной самооценкой, сковывают развитие у них инициативы и самостоятельности в поступках и суждениях. Серьезные трудности в общении со взрослыми и сверстниками возникают у детей с завышенной самооценкой. Такие дети, как правило, некритично стремятся к лидерству, проявляют самоуверенность и высокомерие, полное отсутствие самокритики; критика же со стороны воспринимается ими болезненно, с обидой, часто даже агрессивно (Божович, 2008, с. 156; Лисина, 2009, с. 68; Сафаралиева, 2025, с. 40-41; Уманец, 1987, с. 65; Эльконин, 2025, с. 94).

К моменту завершения дошкольного периода у ребенка объективно складываются психологические предпосылки для адекватного восприятия своих достоинств и недостатков. Активно формируется способность корректировать собственное поведение с учетом реакции значимых взрослых, развивается начальная самокритичность и умение аргументированно обосновывать свою самооценку. Происходит постепенная гармонизация эмоциональной и когнитивной составляющих самооценки, в результате чего отношение к себе становится более осознанным, или «интеллектуализированным» (Божович, 2008, с. 162; Выготский, 2025, с. 75; Эльконин, 2025, с. 97). Ребенок уже отделяет самооценку от оценок других людей, осознает свои отличия от других детей и даже взрослых, начинает осознавать свое место в социуме, у него формируется внутренняя позиция школьника, соответственно, критерии оценки себя и других расширяются, формируя более полную картину своего «Я-образа» (Горохова, Сомова, Киричик, 2021, с. 135).

В научной среде к ключевым факторам, влияющим на формирование адекватного «Я-образа» у дошкольников, относят удовлетворение потребности в коммуникации (как со взрослыми, так и со сверстниками), а также наличие опыта индивидуальной деятельности, служащей средством самовыражения (Лисина, 2009, с. 45; Стеркина, 1977, с. 17). Фундаментом первичной самооценки является способность ребенка сопоставлять себя с окружающими, а необходимыми предпосылками для ее адекватного развития служат оценки со стороны значимых взрослых и мнение сверстников, предъявление требований, адекватных уровню саморазвития и уже частично сформированной самооценки ребенка (Терещенко, Евтушенко, 2023, с. 53; Сафаралиева, 2025, с. 42; Уманец, 1987, с. 62; Эльконин, 2025, с. 121). Способность к объективному самооцениванию во многом зависит

от феномена децентрации, формирующегося в старшем дошкольном возрасте. Это качество позволяет ребенку рассматривать собственную личность и различные ситуации с нескольких точек зрения.

Исследователи отмечают, что психолого-педагогическая коррекция заниженной самооценки и формирование адекватных представлений о себе у старших дошкольников возможны при организации специальных психолого-педагогических условий в дошкольной образовательной организации. Цель таких условий – обогащение и развитие сфер общения и деятельности детей. Этот процесс двусторонний:

- с одной стороны, механизм «зеркального Я» формирует «реальное Я» через усвоение оценочных суждений взрослых (Римашевская, Гулятьева, 2022, с. 28);
- с другой стороны, опыт личной активности, проходя через регулятивный и когнитивный компоненты (в виде переживаний), трансформируется в осознанную самооценку, интегрирующую весь накопленный опыт взаимодействия с миром (Буй Тхи Вьет, 2006, с. 14).

Критически важным условием является возрастающая роль ожидаемой оценки от социального взрослого, которая начинает опосредовать собственное отношение ребенка к себе, наряду с обобщением опыта деятельности (Римашевская, Гулятьева, 2022, с. 28). Поэтому для коррекции заниженной самооценки и формирования адекватных представлений о себе необходимо вовлекать старших дошкольников в процесс самопознания (Захарова, 2012, с. 116); в оценочную и рефлексивную деятельность, способствующую осознанию собственного «Я», себя в системе существования норм и правил (Лисина, 2009, с. 231). Для развития у ребенка способностей давать оценку чертам личности партнеров по игре, становления навыков следовать правилам, играть в команде, уважать мнение других необходимо включение детей в игровую деятельность (Уманец, 1987, с. 64), а также содействие накоплению у них опыта оценки действий и поступков сверстников (Римашевская, Гулятьева, 2022, с. 32). Для психолого-педагогической коррекции заниженной самооценки и формирования адекватных представлений о себе у детей важны: социальный статус ребенка в коллективе сверстников (Пономарева, Марчук, 2024, с. 158), создание позитивного микроклимата, гуманных межличностных отношений между дошкольниками (Терещенко, Евтушенко, 2023, с. 98), укрепление доверия к детскому коллективу и положительного отношения к сверстникам, создание ситуаций успеха, способствующих формированию самоуважения у детей (Римашевская, Гулятьева, 2022, с. 32); организация продуктивной деятельности, где наглядно виден результат как объект сравнения и оценки своих достижений с достижениями других детей (Стеркина, 1977, с. 11).

Анализ заявленной проблемы позволяет констатировать противоречие между потребностью современной образовательной практики в обеспечении формирования у детей старшего дошкольного возраста адекватных представлений о себе, уверенности в своих силах, чувства собственного достоинства и недостаточной теоретико-методической разработанностью проблемы психолого-педагогической коррекции заниженной самооценки у детей этой возрастной категории. В связи с этим наше исследование было направлено на разработку программы психолого-педагогической коррекции заниженной самооценки у старших дошкольников с учетом особенностей сформированности у них когнитивного, поведенческого и эмоционально-оценочного компонентов этого образования.

Для достижения поставленной цели решались следующие задачи:

- 1) выявить особенности сформированности когнитивного, эмоционально-оценочного и поведенческого компонентов самооценки у старших дошкольников с заниженной самооценкой;
- 2) определить психолого-педагогические условия формирования у старших дошкольников с заниженной самооценкой адекватных представлений о себе;
- 3) разработать содержание, определить методы и средства психолого-педагогической коррекции заниженной самооценки у старших дошкольников.

В исследовании, проведенном в 2024-2025 гг., приняли участие 100 детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) муниципальных дошкольных образовательных автономных учреждений города Оренбурга (детские сады № 19, 73, 66, 100). В ходе исследования использовались теоретические (анализ научной психолого-педагогической литературы, обобщение и систематизация), эмпирические (наблюдения, беседа, опрос, эксперимент) методы и специальные методики «Лесенка» В. Г. Шур, «Какой я?» (модификация методики О. С. Богдановой), «Сюжетные картинки» Р. Р. Калининой (Немов, 2021, с. 160-166).

Теоретическую базу исследования составили фундаментальные положения: о самооценке как психологической категории (Груздева, 2024; Джеймс, 2018; Выготский, 2025; Захарова, 2012; Кон, 1984; Лидак, 2008; Липкина, 1976; Мерлин, 2009; Чеснокова, 1977); об особенностях развития самооценки у детей дошкольного возраста (Божович, 2008; Буй Тхи Вьет, 2006; Горохова, Сомова, Киричик, 2021; Римашевская, Гулятьева, 2022; Фадеева, Белова, Кудашкина, 2021; Шеголева, 2024; Эльконин, 2025); о факторах-причинах и факторах-условиях развития самооценки в дошкольном детстве (Бороздина, 2011; Буй Тхи Вьет, 2006; Лисина, 2009; Стеркина, 1977; Терещенко, Евтушенко, 2023; Уманец, 1987).

Практическая значимость разработанной программы психолого-педагогической профилактики заниженной самооценки у старших дошкольников заключается в том, что она может быть внедрена в образовательный процесс дошкольных организаций.

Обсуждение и результаты

В опытно-экспериментальной работе приняло участие 100 старших дошкольников 6-7 лет.

На первом этапе опытно-экспериментальной работы в ходе диагностики определялся тип самооценки у детей (адекватная, завышенная или заниженная) и выявлялись особенности сформированности когнитивного,

эмоционально-оценочного и поведенческого компонентов самооценки у старших дошкольников с различным типом самооценки. На этом этапе использовались методы наблюдения, опроса и беседы, а также специальные методики: «Лесенка» В. Г. Щур, «Какой я?» (модификация методики О. С. Богдановой), «Сюжетные картинки» Р. Р. Калининой.

Для выявления типа самооценки ключевой стала методика «Лесенка» В. Г. Щур. Она позволяет выявить систему представлений ребенка о том, как он себя оценивает сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди (мама, воспитательница) и как соотносятся эти представления между собой. Дошкольников просят расположить себя на лесенке, предварительно пояснив, что на верхних ступеньках (9-10) располагаются самые хорошие ребята, на средних (4-8) – хорошие, а на самых низких (1-3) – плохие. Затем ребенок выполняет то же самое задание с учетом того, на какую ступеньку лесенки поставила бы его мама, воспитательница. Дети оценивают себя по таким характеристикам, как «хороший – плохой», «добрый – злой», «умный – глупый», «сильный – слабый» и др.

Анализ полученных данных позволил выделить три группы детей:

1. Адекватная самооценка (31% испытуемых). Эти дети размещали себя на ступенях с 4-й по 8-ю. Свой выбор они обосновывали логически, ссылаясь на реальные успехи или неудачи. Примечательно, что их самовосприятие, как правило, совпадало с оценкой близкого взрослого. В процессе выполнения задания дошкольники демонстрировали склонность к рассуждению, самоанализу и учету контекста задаваемых вопросов.

2. Завышенная самооценка (51% испытуемых). Дети этой группы выбирали самые высокие позиции (9-10 ступени). Аргументация строилась на трансляции мнения родителей: «Я самый лучший/умный, потому что так говорит мама/папа». Здесь отчетливо прослеживалось доминирующее влияние оценки взрослых и ощущение собственного когнитивного превосходства над сверстниками.

3. Заниженная самооценка (18% испытуемых). Респонденты ставили себя на нижние ступени (1-3). Выбор часто оставался без логического объяснения либо подкреплялся негативными характеристиками от взрослых: «Мама сказала, что я ленивый/некрасивый». Характерными чертами поведения таких детей были неуверенность, колебания при ответе, отсутствие внутренней опоры и полная ориентация на мнение значимых взрослых. Создавалось впечатление размытости границ между личностью ребенка и родителя, при этом реальные факты и достижения детьми игнорировались.

При выборе методик для диагностики особенностей сформированности самооценки у старших дошкольников мы исходили из того, что это личностное образование представляет собой результат саморефлексии, субъективной оценки ребенком своих качеств, достоинств, недостатков, способностей и места в социальной среде. Адекватная самооценка как сложное образование включает в себя три компонента: когнитивный (знания о себе, осознание своих особенностей, реалистичное восприятие себя); эмоционально-оценочный (позитивное самовосприятие, низкий уровень тревожности, эмоциональная устойчивость) и поведенческий (способность к саморегуляции, уверенность в себе и самостоятельность в поступках и суждениях, инициативность, ориентация на успех).

Для диагностики особенностей сформированности когнитивного, эмоционально-оценочного и поведенческого компонентов самооценки мы использовали методики «Какой я?» (модификация методики О. С. Богдановой) и «Сюжетные картинки» Р. Р. Калининой.

Методика «Какой я?» (модификация методики О. С. Богдановой) позволяет выявить уровень осознанности нравственных категорий и адекватности оценки наличия у себя нравственных качеств. Ребенку задавались вопросы, как он сам себя воспринимает по десяти различным положительным качествам (хороший, добрый, умный, аккуратный, послушный, внимательный, вежливый, умелый, трудолюбивый, честный). Ответы оценивались следующим образом: «Да» – 1 балл, ответы «Нет» – 0 баллов, ответы «Не знаю» или «Иногда» – 0,5 балла. Уровень осознанности нравственных категорий и адекватности оценки наличия у себя нравственных качеств определяется по общей сумме баллов (10 баллов – очень высокий; 8-9 баллов – высокий; 4-7 – средний; 2-3 балла – низкий; 0-1 балл – очень низкий).

Методика «Сюжетные картинки» Р. Р. Калининой позволяет выявить отношение ребенка к нравственным нормам. Она проводится индивидуально (ребенок должен разложить картинки с изображением хороших и плохих поступков на две стопки) с фиксацией в протоколе эмоциональных реакций ребенка и его объяснений. Особое внимание уделяется оценке адекватности эмоциональных реакций ребенка на моральные нормы: положительная эмоциональная реакция (улыбка, одобрение и т. п.) на нравственный поступок и отрицательная эмоциональная реакция (осуждение, негодование и т. п.) – на безнравственный. Результаты оцениваются в баллах от 0 (ребенок неправильно раскладывает картинки, эмоциональные реакции неадекватны, ребенок или неправильно называет чувства и эмоции людей на картинке, или отказывается от ответа на этот вопрос, демонстрирует слабый уровень эмпатии при беседе) до 3 (ребенок правильно отбирает поступки детей, обосновывает свой выбор; называет моральную норму; эмоциональные реакции на поступки героев ситуации адекватны, ярки).

Полученные результаты позволяют утверждать, что для старших дошкольников с адекватной самооценкой характерно более полное и объективное представление о себе и позитивное отношение к своему образу «Я». Эмоциональные реакции у детей с адекватной самооценкой более адекватны, они соответствуют триггерным ситуациям. При ответах на вопросы по восприятию себя по десяти положительным качествам (методика «Какой я?») старшие дошкольники этой группы вели себя уверенно, уравновешенно. Особенностью самооценки у детей с адекватной самооценкой является ее дифференцированность, так они могут различать, какое качество им действительно принадлежит, а какое – нет. Некоторые старшие дошкольники из этой группы (23,8%) называли свои слабые стороны, что, безусловно, подчеркивает высокий уровень осознанности своих качеств для данного возрастного периода. У детей с адекватной самооценкой фиксируется более

развитое критическое мышление, свободное владение знаниями о правилах и нормах, они более склонны к рассуждениям. Выполняя задания по методике «Сюжетные картинки», они грамотно, самостоятельно, свободно соотносили правила и нормы поведения с демонстрируемыми картинками, проявляли склонность к рассуждениям, в отличие от более замкнутых детей с заниженной самооценкой и менее эмпатичных детей с завышенной самооценкой.

У детей с завышенной самооценкой наблюдается недостаточно развитый уровень критического мышления и эмпатии. При выполнении заданий по методике «Какой я?» они критиковали сверстников, часто используя такие лексические обороты, как «Я красивее, чем...», «Я честный, а... – нет», что свидетельствует о склонности самоутверждаться через занижение образа сверстника. Дети с завышенным типом самооценки были склонны к обобщениям, не рефлексировав по поводу наличия или отсутствия у себя тех или иных качеств. При выполнении заданий по методике «Сюжетные картинки» были зафиксированы недостаточная личностная зрелость у детей этой группы, недостаточный уровень развития критического мышления по сравнению с детьми с адекватной самооценкой. Существование норм и правил для старших дошкольников с завышенной самооценкой – неактуально, они не способны адекватно идентифицировать свои поступки в соответствии с нормами и правилами. Эмоциональные реакции при этом неадекватны, они более капризны, эгоистично проявляют себя в рамках коммуникации со сверстниками, что свидетельствует об их эмоциональной незрелости.

Для старших дошкольников с заниженной самооценкой характерны ограниченное представление о себе, проявления недовольства своим внешним видом, чертами характера, поведением. При выполнении заданий по методике «Какой я?» у детей этой группы были зафиксированы яркие эмоциональные реакции: раздражительность и недовольство, когда они анализировали свой образ «Я». У 76,9% детей этой группы проявилась неуверенность, боязнь совершить ошибку. Старшие дошкольники с заниженной самооценкой отличаются отсутствием собственного мнения, самостоятельности в суждениях и поступках и сформированной внутренней опоры. При выполнении заданий по методике «Сюжетные картинки» у детей этой группы (69,2%) проявились замкнутость, неуверенность, тревожность, но при этом, если ребенок обнаруживал на картинке «плохого ребенка», он с удовольствием обрушивал на него свою критику, тем самым искусственно «возвышая» свой образ «Я». Был зафиксирован у детей с заниженной самооценкой и недостаточный уровень развития критического мышления. Они не только достаточно слабо владеют навыками оценки, но и обладают низким лексическим запасом, используемым в ситуации оценки. При изучении поведенческого компонента у детей с низким видом самооценки наблюдается тревожность. Они более замкнуты, скованны в движениях, неспособны расслабиться.

На втором этапе опытно-экспериментальной работы на основе анализа научной литературы, представления во введении, и результатов диагностики определялись психолого-педагогические условия формирования у старших дошкольников адекватных представлений о себе и разрабатывалась программа психолого-педагогической профилактики заниженной самооценки у старших дошкольников.

При определении психолого-педагогических условий мы исходили из того, что адекватные представления о себе у детей формируются через опыт, социальное сравнение и обратную связь. Психолого-педагогическими условиями формирования адекватных представлений о себе у старших дошкольников должны обеспечиваться: эмоциональное благополучие, при котором ребенок не боится ошибок, а воспринимает их как опыт; оптимизация оценочных отношений, содействующих переходу от общей похвалы к конкретному анализу результатов деятельности; организация с учетом зоны ближайшего развития ребенка игровой деятельности, в которой он учится соблюдать правила и соотносить свои действия с результатами; трансляция объективного отношения, избегание завышенных ожиданий или чрезмерной критики, что предотвращает развитие неадекватно завышенной или заниженной самооценки; включение детей в рефлексивную деятельность и обучение их самостоятельно оценивать свои поступки и сравнивать их с принятыми нормами, а не только ориентироваться на мнение взрослого.

В связи с этим для формирования дифференцированных знаний о себе, осознания индивидуальных особенностей, реалистичности восприятия (когнитивный компонент самооценки) необходимы такие условия, как оптимизация оценочных отношений детей в игровой деятельности, обогащение положительного опыта сравнения ребенком своих достижений с результатами сверстников; включение детей в продуктивные виды деятельности, которые связаны с четкой установкой на результат и где этот результат выступает в форме доступной самостоятельной оценки ребенка. Для обеспечения устойчивого позитивного самоотношения, эмоциональной стабильности, низкого уровня тревожности (эмоционально-оценочный компонент самооценки) важно поддержание позитивного микроклимата, гуманных межличностных отношений со сверстниками; организация конструктивной обратной связи в системе «педагог – ребенок», создание ситуаций успеха для каждого ребенка. Развитую произвольную саморегуляцию, уверенность в себе, самостоятельность суждений и поступков, инициативность и ориентацию на достижение успеха (поведенческий компонент самооценки) обеспечивают такие условия, как развитие у старших дошкольников способности применять нравственные критерии при оценке успешности в выполнении игровых действий и игрового общения; вовлечение детей в рефлексивную деятельность по оценке своего поведения в сравнении с установленными нормами и правилами.

Для разработки программы психолого-педагогической профилактики заниженной самооценки у старших дошкольников необходимо было определить ее теоретическую основу. Ее составили деятельностный, личностно-ориентированный и полисубъектный (диалогический) подходы.

Деятельностный подход ориентировал педагога на оптимизацию оценочных ситуаций в игровой, продуктивной и коммуникативной деятельности, формирование у ребенка умений сравнивать себя, свои достижения с результатами работы других детей с использованием нравственных критериев. Этот подход обеспечивал

вовлечение старших дошкольников в оценочную и рефлексивную деятельность, способствующую осознанию собственного «Я», себя в системе существования норм и правил.

Организуя свою деятельность на основе личностно-ориентированного подхода, педагог помогал дошкольникам раскрывать внутренний потенциал и осваивать социально одобряемые формы самовыражения и самоутверждения. Реализация данного подхода требовала опоры на личный опыт ребенка, создания «ситуаций успеха» и формирования субъектной позиции через предоставление возможности выбора (индивидуального или коллективного) и сопоставления разных мнений.

Полисубъектный (диалогический) подход ориентировал педагога на проблематизацию взаимодействия: обсуждение сложных вопросов и поиск альтернативных моделей поведения. Педагог целенаправленно моделировал образовательные ситуации, требующие от детей анализа, оценки и ценностного выбора. Это позволяло регулировать отношения в системах «взрослый – ребенок» и «ребенок – ребенок» через механизмы самопознания и самоконтроля, способствуя развитию критического мышления и умения формулировать собственные выводы.

Программа психолого-педагогической коррекции заниженной самооценки у старших дошкольников включала три блока: «Самопознание», «Самопринятие» и «Саморегуляция».

Первый блок – «Самопознание» – ориентирован на профилактику заниженной самооценки через расширение представлений ребенка о собственной личности и осознание своего места в системе социальных норм. Ключевая задача здесь заключается в интериоризации (усвоении) детьми общепринятых правил поведения, которые впоследствии становятся внутренними критериями для оценки себя и окружающих.

Первый блок программы связан с реализацией таких психолого-педагогических условий, как: оптимизация оценочных отношений детей в игровой деятельности, обогащение положительного опыта сравнения ребенком своих достижений с результатами сверстников; включение детей в продуктивную деятельность с четким, наглядным результатом, доступным для самостоятельной оценки.

Основной организационной формой стали игровые занятия. В их рамках дети анализировали поведенческие модели персонажей сказок и литературных произведений, учась выделять социально одобряемые стратегии действий в проблемных ситуациях. Также решались этические задачи, требующие выбора способа разрешения конфликтов на основе нравственных норм. Важным элементом выступала продуктивная деятельность, итоги которой обсуждались коллективно. Алгоритм обсуждения включал: совместный анализ работ, напоминание о поставленных целях, сопоставление полученного продукта с результатами сверстников и, что особенно важно, тренировку объективности и доброжелательности при взаимной оценке.

Второй блок программы «Самопринятие» направлен на коррекцию у старших дошкольников тревожности, формирование уверенности в себе, развитие способности сохранять позитивное отношение к себе даже в ситуациях неудач и критики. Реализация этого блока программы требует организации педагогом таких условий, как поддержание позитивного микроклимата, гуманных межличностных отношений со сверстниками; организация конструктивной обратной связи в системе «педагог – ребенок», создание ситуаций успеха для каждого ребенка.

Основной формой реализации второго блока программы были развивающие занятия. Каждое занятие начиналось и заканчивалось ритуалами приветствия и прощания, позволяющими спланировать старших дошкольников, создавать атмосферу группового доверия и принятия. Разминка включала игры, упражнения, воздействующие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности и способствующие формированию групповой сплоченности. В основной части проводились игры и упражнения, направленные на коррекцию тревожности у старших дошкольников с заниженной самооценкой, формирование у детей уверенности в себе. Обсуждение итогов занятия (его рефлексия) предполагало эмоциональную и смысловую оценку его содержания.

В ходе развивающих занятий активно применялись специальные приемы неигрового характера:

- 1) коммуникативные техники: принятие групповых решений (распределение ролей, обмен мнениями, общая оценка занятия);
- 2) техники децентрации, направленные на преодоление эгоцентризма, на развитие эмпатии, умения слушать и вербализовать свои чувства;
- 3) психотерапевтические приемы: работа с эмоциональным напряжением через поддержку, внушение уверенности и акцентирование внимания на любых, даже минимальных, позитивных достижениях ребенка.

Третий блок программы – «Саморегуляция» – призван решить задачи по формированию навыков эмоционального контроля и управления поведением у старших дошкольников с заниженной самооценкой.

Он реализуется посредством развития у детей способности применять нравственные критерии при оценке успешности в выполнении игровых действий и игрового общения, вовлечение их в рефлексивную деятельность по оценке своего поведения в сравнении с установленными нормами и правилами.

Основной организационной формой третьего блока также выступали игровые занятия. Их содержание включало:

- беседы и разнообразные игры (сюжетно-ролевые, словесные, игры-драматизации), которые учили детей принимать замыслы сверстников, согласовывать действия и приобретать опыт конструктивного взаимодействия (умение договариваться и уступать);
- специальные упражнения, направленные на распознавание эмоциональных состояний окружающих и освоение техник самоконтроля;
- арт-терапевтические техники (монотипия, «рисование клубком», ниткография, штриховка), способствующие снятию мышечной скованности и психоэмоционального напряжения;
- конструирование (LEGO): совместная работа с конструктором эффективно формировала навыки работы в команде, воспитывала доброжелательность и взаимную терпимость.

В арсенале педагога ведущими методами профилактики заниженной самооценки выступали: игра, моделирование воспитывающих ситуаций, упражнение, беседа, объяснение, педагогическое требование и метод личного примера.

Заключение

Анализ научной литературы и результатов собственной опытно-экспериментальной работы позволяет констатировать, что адекватная самооценка у старших дошкольников – это результат саморефлексии ребенка, оценка им своих качеств, способностей и места в социальной среде, включающая когнитивный (знания о себе, осознание своих особенностей, реалистичное восприятие себя); эмоционально-оценочный (позитивное самовосприятие, низкий уровень тревожности, эмоциональная устойчивость) и поведенческий (способность к саморегуляции, уверенность в себе и самостоятельность в поступках и суждениях, инициативность, ориентация на успех) компоненты.

В ходе нашего исследования на основе использования методов наблюдения, опроса и беседы, а также комплекса специальных методик изучались и сравнивались особенности самооценки у старших дошкольников с адекватной самооценкой с особенностями самооценки у старших дошкольников с завышенной и заниженной самооценкой. Полученные результаты позволили выявить существенные различия в сформированности: когнитивного компонента (недостаточный уровень осознания знаний о себе, развития критичности мышления у старших дошкольников с заниженной и завышенной самооценкой); эмоционального компонента (недовольство собой, тревожность у дошкольников с заниженной самооценкой); поведенческого компонента (неуверенность в себе, пассивность, отсутствие самостоятельности в суждениях и поступках у старших дошкольников с заниженной самооценкой и недостаточная регуляция эмоциональных состояний у старших дошкольников с завышенной самооценкой).

На основе анализа научной литературы и полученных в ходе диагностики данных была разработана программа психолого-педагогической коррекции заниженной самооценки у старших дошкольников, включающая три блока: «Самопознание», «Самопринятие» и «Саморегуляция».

Для решения задач, связанных с самопознанием ребенка, деятельность педагога должна быть направлена на реализацию таких психолого-педагогических условий, как оптимизация оценочных отношений детей в игровой деятельности, обогащение положительного опыта сравнения ребенком своих достижений с результатами сверстников; включение детей в продуктивные виды деятельности, которые связаны с четкой установкой на результат и где этот результат выступает в форме доступной самостоятельной оценки ребенка. Решение задач, направленных на самопринятие старшего дошкольника, требует от педагога организации таких условий, как поддержание позитивного микроклимата, гуманных межличностных отношений со сверстниками; организация конструктивной обратной связи в системе «педагог – ребенок», создание ситуаций успеха для каждого ребенка. Решение задач, связанных с саморегуляцией ребенком своих эмоциональных состояний и поведения, требует развития у старших дошкольников способности применять нравственные критерии при оценке успешности в выполнении игровых действий и игрового общения; вовлечения детей в рефлексивную деятельность по оценке своего поведения в сравнении с установленными нормами и правилами.

Перспективы дальнейшего исследования связаны с изучением влияния стилей семейного воспитания и педагогического взаимодействия на формирование адекватного образа «Я» у старших дошкольников.

Источники | References

1. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008.
2. Бороздина Л. В. Сущность самооценки и ее соотношение с Я-концепцией // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2011. № 1.
3. Буй Тхи Вьет. Формирование адекватности самооценки у детей 5-6 лет в продуктивной деятельности: автореф. дисс. ... к. пед. н. М., 2006.
4. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии: избранное. М.: Эксмо, 2025.
5. Горохова А. А., Сомова Н. Л., Киричик Е. С. Исследование особенностей самооценки современных детей и подростков // Психология человека в образовании. 2021. Т. 3. № 2.
6. Груздева О. В. Становление и развитие самосознания ребенка как субъекта образовательной среды дошкольного учреждения: дисс. ... д. психол. н. Кемерово, 2024.
7. Джеймс У. Психология. М.: Рипол-Классик, 2018.
8. Дутчина О. Б. Я-концепция как социально-психологический феномен. Хабаровск: Тихоокеанский государственный университет, 2023.
9. Захарова А. В. Структурно-динамическая модель самооценки // Вестник практической психологии образования. 2012. № 4 (33).
10. Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. М.: Политиздат, 1984.
11. Лидак Л. В. Формирование самосознания дошкольников: монография. Ставрополь: Северо-Кавказский социальный институт, 2008.
12. Липкина А. И. Самооценка школьника. М.: Знание, 1976.

13. Лисина М. И. Формирование личности ребенка в общении. СПб.: Питер, 2009.
14. Мерлин В. С. Психология индивидуальности: избранные психологические труды. Воронеж – М.: МОДЭК; Московский психолого-социальный институт, 2009.
15. Молчанова О. Н. Самооценка: теоретические проблемы и эмпирические исследования. М.: Флинта, 2010.
16. Немов Р. С. Психология: учебник: в 3 кн. М.: Владос, 2021. Кн. 3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики.
17. Пономарева Е. Ю., Марчук Д. О. Особенности формирования положительной самооценки у старших дошкольников: факторы, влияющие на формирование самооценки детей // Гуманитарные науки. 2024. № 2 (66).
18. Римашевская Л. С., Гулятьева О. А. Исследование особенностей самооценки детей старшего дошкольного возраста // Современное дошкольное образование. 2022. № 3 (111).
19. Сафаралиева Р. А. Самооценка детей дошкольного возраста и условия ее формирования в семье // Современное педагогическое образование. 2025. № 3.
20. Стеркина Р. Б. Роль деятельности в формировании самооценки у детей дошкольного возраста: автореф. дисс. ... к. психол. н. М., 1977.
21. Терещенко М. Н., Евтушенко И. Н. Самооценка детей старшего дошкольного возраста: формирование, диагностика, коррекция: учебно-методическое пособие. Челябинск: Библиотека А. Миллера, 2023.
22. Уманец Л. И. Роль самооценки в игровых отношениях дошкольников // Вопросы психологии. 1987. № 4.
23. Фадеева О. В., Белова Т. А., Кудашкина О. В. Гендерные различия в самооценке и тревожности детей дошкольного возраста // Проблемы современного педагогического образования. 2021. № 73-2.
24. Чеснокова И. И. Проблема самосознания в психологии. М.: Наука, 1977.
25. Щеголева Д. А. Взаимосвязь самооценки и развития логического мышления у старших дошкольников и младших школьников // Современный образовательный процесс: психолого-педагогическое сопровождение, воспитательные стратегии: материалы Международной научно-практической конференции (г. Краснодар, 28 ноября 2024 г.). Чебоксары: Среда, 2024.
26. Эльконин Д. Б. Детская психология: развитие детей дошкольного возраста: учебное пособие. М.: Советские учебники, 2025.

Информация об авторах | Author information



Литвиненко Наталья Валерьевна¹, д. психол. н., проф.

¹ Оренбургский государственный педагогический университет



Natalia Valeryevna Litvinenko¹, Dr

¹ Orenburg State Pedagogical University

¹ litna@list.ru

Информация о статье | About this article

Дата поступления рукописи (received): 21.02.2026; опубликовано online (published online): 18.03.2026.

Ключевые слова (keywords): заниженная самооценка; адекватная самооценка; психолого-педагогическая коррекция; психолого-педагогические условия; старшие дошкольники; low self-esteem; adequate self-esteem; psycho-pedagogical correction; psycho-pedagogical conditions; older preschoolers.