**Причины формирования неадекватной самооценки у младших**

**школьников:**

1. Ограниченный круг общения и деятельности. Некоторые родители

ограничивают сферу деятельности детей только обучением: дети не имеют других увлечений и занятий, не посещают кружки, не заняты работой по дому. Тем самым ограничиваются сферы, где дети могут проявить себя, а затем оценить результаты своей деятельности. Следствием этого становится отсутствие представлений и знаний о тех ситуациях, в которых требуется проявить определенное качество, выполнить конкретные действия, совершить адекватный ситуации поступок.

2. Заниженные или завышенные оценки, которые дают ребенку другие люди, оказывают существенное влияние на формирование его самооценки. Особенно подвержены такому влиянию дети с повышенной внушаемостью, несамостоятельностью в принятии решений. Такие дети безоговорочно верят в то, что мнение окружающих более объективно, чем их собственное. Они склонны избирательно воспринимать обратную связь, концентрируясь либо исключительно на негативных, либо только на позитивных отзывах о себе. Эта особенность делает их уязвимыми перед внешними оценками и затрудняет формирование адекватной оценки.

3. Недостаточное развитие оценочных взаимоотношений в коллективе негативно сказывается на формировании личности обучающихся. Отсутствие традиции оценивать и контролировать действия и поступки одноклассников приводит к развитию недостаточно требовательного отношения к себе и другим. В таких условиях у детей не формируются четкие критерии оценки собственных действий и действий окружающих, что затрудняет развитие самостоятельности и способности к объективной самооценке.

4. Случайные успехи и неудачи, которые часто воспринимаются как везение или невезение, действительно играют определенную роль в формировании самооценки. В целом, хотя случайные факторы и влияют на формирование самооценки, их роль вторична по сравнению с систематической работой над собой, устойчивыми достижениями и адекватной оценкой со стороны значимых взрослых.

Важно научить ребенка воспринимать случайные события как часть жизненного опыта, не определяющую его личностную ценность. Подводя итог, важно подчеркнуть, что родительская оценка деятельности ребенка должна быть систематической и обдуманной.

 Ключевыми элементами такой системы являются: признание и уважение индивидуальности ребенка, искренняя радость даже в случаях незначительных достижений, внимательное отношение к любым положительным изменениям, практическая поддержка в преодолении трудностей.

Формирование адекватной самооценки происходит преимущественно через взаимодействие ребенка со значимым взрослым – родителем. Именно в процессе такого общения ребенок учится воспринимать и оценивать себя, формировать представление о собственной ценности. Самооценка, сформированная в детстве, имеет долгосрочный эффект и во многом определяет качество взрослой жизни человека. Поэтому родителям (законным представителям) необходимо поддерживать естественную самоценность ребенка, помогать ему развивать позитивное отношение к себе, создавать условия для формирования здоровой самооценки, избегать необоснованной критики и сравнений с другими детьми.

Также в процессе воспитания важно учитывать закономерности развития самооценки ребенка младшего школьного возраста. Так в первом классе самооценка, как правило, является адекватно-завышенной, во втором – наблюдается тенденция к переоценке себя, в результате чего самооценка снижается.

В третьем классе у большинства детей проявляется либо адекватная, либо заниженная самооценка, а число обучающихся с завышенной и неустойчивой самооценкой уменьшается.

Родителям несложно определить уровень самооценки ребенка, если они внимательно наблюдают за его поведением и реакциями. Дети с заниженной самооценкой фокусируются на своих недостатках, излишне самокритичны, игнорируют свои достижения, преувеличивают значимость своих ошибок. Дети с завышенной самооценкой, наоборот, проявляют недостаточную критичность к себе, игнорируют свои реальные недостатки, переоценивают свои способности, отказываются признавать свои ошибки. В обоих случаях искаженная самооценка становится серьезным препятствием для полноценного развития личности.

Уважаемые родители, помните, что младшие школьники еще очень похожи на дошкольников – взрослые для них являются авторитетом, и они безоговорочно верят в их оценки.

Учет родителями особенностей формирования адекватной самооценки в процессе воспитания поможет ребенку вырасти уверенным в себе взрослым, способным к конструктивным отношениям с окружающим миром и с самим собой.

Используемая литература:1. Бахолдина, В.Ю. Конституциональный тип и самооценка у детей и подростков / В.Ю. Бахолдина, К.С. Ступина,

2.В.А. Ковылин // Вестник Московского университета. Серия 23. Антропология. – 2010. – №2. – С. 44-54.

3.Васягина, Н.Н. Актуальные проблемы психологии личности: Сборник научных трудов / Н.Н. Васягина. – Екатеринбург:

УрГПУ, 2004. – 119с