МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У СТАРШОМУ ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ**

Виконала: студентка ІІ курсу,
групи 8.0534-2-з
спеціальності 053 Психологія
освітньої програми: 053 Психологія
Качур Ірина Вікторівна
Керівник: PhD, викладачка кафедри
психології Гречаник М.І.
Рецензент: к. психол. наук, доцент
кафедри психології Железнякова Ю.В.

Запоріжжя – 2025

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма 053 Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

_____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

«____»_____2025 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Качур Ірині Вікторівні

1. Тема роботи Психологічні особливості формування самооцінки у старшому дошкільному віці

керівник роботи Гречаник М.І. PhD, викладачка кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «02» 10 2025 року № 1393-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: здійснити теоретичний аналіз наукових підходів та концепцій формування самооцінки у дошкільному віці; визначити психологічні характеристики старшого дошкільного віку як сенситивного періоду для розвитку самосвідомості; емпірично дослідити рівень та якісні особливості самооцінки у дітей старшого дошкільного віку; встановити взаємозв'язок між самооцінкою, особливостями провідної діяльності, міжособистісною взаємодією, емоційним інтелектом та саморегуляцією.

Перелік графічного матеріалу: 22 таблиці, 6 рисунків.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання прийняв
Вступ	Гречаник М.І. PhD		
Розділ 1	Гречаник М.І. PhD		
Розділ 2	Гречаник М.І. PhD		
Розділ 3	Гречаник М.І. PhD		
Висновки	Гречаник М.І. PhD		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень –лютий 2025 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2025 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2025 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень 2025 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	червень -серпень 2025 р.	Виконано
6	Написання висновків	вересень 2025 р.	Виконано
7	Передзахист	жовтень 2025 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2025 р.	Виконано

Студент _____ І. В. Качур

Керівник роботи _____М. І. Гречаник

Нормоконтроль пройдено
Нормоконтролер _____ Г. В. Коваль

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 65 сторінок, 6 рисунків, 22 таблиці, 49 джерел, 1 додаток, присвячена дослідженню психологічних особливостей формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Об'єктом дослідження є процес формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку, а його предметом – психологічні особливості цього процесу. Метою роботи є виокремлення та характеристика психологічних особливостей формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що становлення самооцінки є складним динамічним процесом, на який впливає комплекс чинників, що включає особливості провідної діяльності, характер взаємодії з дорослими та однолітками, а також рівень розвитку емоційного інтелекту і саморегуляції.

Для досягнення мети та перевірки гіпотези використовувався комплекс методів дослідження. Серед теоретичних методів застосовувалися аналіз, класифікація, систематизація, порівняння й узагальнення наукових підходів та літературних джерел. Емпіричні методи включали експеримент, спостереження, анкетування, стандартизовані психодіагностичні методики, а також методи математично-статистичного аналізу даних.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в тому, що уточнено теоретичні положення щодо психологічних особливостей формування самооцінки; виявлено специфіку впливу різних видів діяльності на її розвиток; встановлено взаємозв'язок між рівнем самооцінки, показниками емоційного інтелекту та саморегуляції.

Галузь використання: дошкільні навчальні заклади.

ДОШКІЛЬНИЙ ВІК, СТАРШИЙ ДОШКІЛЬНИЙ ВІК, САМООЦІНКА, САМОСВІДОМІСТЬ, ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ, САМОРЕГУЛЯЦІЯ, ПРОВІДНА ДІЯЛЬНІСТЬ.

SUMMARY

Kachur I.V. Psychological features of the formation of self-esteem in older preschool age

The qualifying work consists of an Introduction, 3 Chapters, Conclusion, References (49 items, 5 of foreign origin), 1 appendix on 3 pages. The qualifying work volume is 72 pages long, 65 of them – main text. There are 22 tables and 6 illustrations.

The Master's thesis provides a thorough theoretical survey of self-esteem concepts and describes the experimental research aimed at identifying the psychological features of self-esteem formation in older preschool children, its interrelation with defined psychological indicators, and the development of practical recommendations.

The research object: the process of self-esteem formation in older preschool children.

The research subject: the psychological features of this process.

The research goal: to identify and characterize the psychological features of self-esteem formation in older preschool children.

The research tasks are: to conduct a theoretical analysis of conceptual approaches to the problem of self-esteem and its formation in preschool age; to identify and systematize the key factors influencing the development of self-esteem in older preschool children; to conduct an experimental study to determine the level and qualitative features of self-esteem and related psychological indicators; to establish the empirical relationship between self-esteem, emotional intelligence, and self-regulation; and to develop and justify practical recommendations for optimizing self-esteem in older preschool children.

Chapter 1 «Theoretical Foundations of Self-Esteem Formation in Older Preschool Children» provides a theoretical analysis of the conceptual approaches to self-esteem and identifies the factors influencing its development.

In the Chapter 2 «Empirical Study of the Features of Self-Esteem Formation in Older Preschool Children» the design and methods of the experimental study are explained, presenting the initial data on the level and quality of self-esteem and related psychological indicators.

Chapter 3 «Psychological and Pedagogical Conditions for the Formation of Adequate Self-Esteem in Older Preschool Children» substantiates and analyzes the necessary conditions and develops effective recommendations for the formation of adequate self-esteem in older preschool children.

Key words: self-esteem, preschool age, emotional intelligence, self-regulation, leading activity, psychological features.

ЗМІСТ

ВСТУП 8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ 11
1.1. Поняття, структура та функції самооцінки 11
1.2. Вікові особливості розвитку самооцінки у дошкільному віці 18
1.3. Чинники, що впливають на формування самооцінки 26
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ 33
2.1. Організація та методи емпіричного дослідження 33
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження 36
2.3. Психологічні особливості формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку 42
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ АДЕКВАТНОЇ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ 48
3.1. Теоретичні засади психолого-педагогічної підтримки самооцінки 48
3.2. Корекційно-розвивальна робота з розвитку адекватної самооцінки у старших дошкільників 54
3.3. Рекомендації для педагогів і батьків щодо формування адекватної самооцінки у дітей старшого дошкільного віку 59
ВИСНОВКИ 64
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 66
ДОДАТКИ 70

ВСТУП

Актуальність дослідження пояснюється тим, що старший дошкільний вік (5-6 років) є сенситивним періодом для розвитку самосвідомості та самооцінки. В цей час формуються уявлення дитини про себе, зростає значущість оцінок дорослих, і відбувається порівняння з однолітками, що впливає на її поведінку, мотивацію та емоційне благополуччя. Адекватна самооцінка є критичною передумовою успішної адаптації до школи, розвитку пізнавальної активності та впевненості в собі, тоді як недостатня самооцінка може призвести до емоційних проблем і труднощів у спілкуванні. Розуміння динаміки розвитку самооцінки, впливу провідної діяльності, стилів спілкування дорослих, а також ролі емоційного інтелекту та саморегуляції є актуальним завданням для сучасної української психології.

Об’єкт дослідження – процес формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Предмет дослідження – психологічні особливості формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Мета дослідження – виокремити та охарактеризувати психологічні особливості формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Гіпотеза: формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку є складним динамічним процесом, на який впливає комплекс чинників, включаючи особливості провідної діяльності, характер взаємодії з дорослими та однолітками, а також рівень розвитку емоційного інтелекту та саморегуляції.

Завдання дослідження:

Здійснити теоретичний аналіз наукових підходів до проблеми формування самооцінки в дошкільному віці.

Визначити основні психологічні характеристики старшого дошкільного віку як сенситивного періоду для розвитку самооцінки.

Емпірично дослідити рівень та особливості самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Виявити взаємозв'язок між особливостями провідної діяльності, характером міжособистісної взаємодії, рівнем розвитку емоційного інтелекту та саморегуляцією і самооцінкою дітей старшого дошкільного віку.

Розробити практичні рекомендації для педагогів та батьків щодо сприяння формуванню адекватної самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Методи дослідження: теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, класифікація, систематизація, порівняння та узагальнення наукових джерел та даних досліджень; структурний аналіз та методи теоретичного моделювання. Емпіричні: порівняльний аналіз, експеримент, спостереження, анкетування, застосування стандартизованих психодіагностичних методик, а також проведення індивідуальних та групових бесід.

Наукова новизна: уточнено теоретичні положення щодо психологічних особливостей формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку; виявлено специфіку впливу різних видів діяльності на розвиток самооцінки; встановлено взаємозв'язок між рівнем самооцінки та показниками емоційного інтелекту і саморегуляції; розроблено диференційований підхід до діагностики та корекції самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Практична значущість полягає в можливості використання отриманих результатів у практичній діяльності психологів та педагогів дошкільних навчальних закладів, у розробці розвивальних та корекційних програм для дітей старшого дошкільного віку, а також у підготовці майбутніх фахівців у галузі дошкільної психології.

Надійність та вірогідність результатів дослідження забезпечувались теоретико-методологічним обґрунтуванням вихідних положень, застосуванням комплексу валідних і надійних психодіагностичних методик, створенням адекватних умов для проведення діагностики, а також поєднанням кількісного та якісного аналізу отриманих емпіричних даних.

Апробація результатів дослідження, перелік публікацій автора (здобувача освіти) за темою дослідження – Основні положення та результати дослідження опубліковано у тезах: "Психологічні особливості формування самооцінки у старшому дошкільному віці" у збірнику наукових праць студентів, аспірантів, докторантів і молодих вчених "МОЛОДА НАУКА - 2025" (Том 1).

Структура кваліфікаційної роботи магістра. Складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел із 49 найменувань і додатку на 3 сторінках. Загальний обсяг основного тексту – 65 сторінок. Робота містить 22 таблиці і 6 рисунків.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Поняття, структура та функції самооцінки

У психологічній науці проблема самооцінки посідає одне з ключових місць у контексті вивчення особистості, її розвитку, адаптації та соціалізації. Особливу увагу дослідників привертає вивчення становлення самооцінки у старшому дошкільному віці як етапу, що характеризується якісними зрушеннями у сфері самосвідомості, формуванням образу Я та становленням мотиваційно-ціннісної сфери. Відомо, що саме в цей віковий період відбувається активне закладання основ майбутньої особистості, формуються перші уявлення дитини про саму себе, що й обумовлює актуальність аналізу понять, структури та функцій самооцінки.

У сучасній психології поняття «самооцінка» розглядається як багатокомпонентне психічне утворення, що включає когнітивні, емоційні та поведінкові елементи. Класичне визначення самооцінки як емоційно забарвленої системи суджень особистості про власну значущість, здібності, моральні якості та компетентність подає С. Куперсміт, який стверджує, що самооцінка відображає ступінь, у якому індивід вважає себе здатним, цінним і достойним поваги [46, 15]. У контексті дитячого розвитку цей конструкт набуває специфіки, адже дитина ще не володіє повною здатністю до рефлексії та критичної оцінки себе, а її уявлення про власне Я значною мірою опосередковуються оцінками з боку значущих дорослих та однолітків.

З огляду на це, низка українських учених вбачає у самооцінці не лише результат, а й процес поступового формування особистісної автономії. Так, І.Д. Бех трактує самооцінку як цілісне особистісне новоутворення, що забезпечує регуляцію поведінки та самоконтроль на основі моральних і

соціальних норм, засвоєних дитиною [4, 74]. Він підкреслює, що становлення самооцінки є результатом не стільки когнітивного дозрівання, скільки виховного впливу середовища, в якому формується дитина. Подібного підходу дотримується й О.Л. Кононко, яка розглядає самооцінку як важливий компонент соціального досвіду дитини, що забезпечує інтеріоризацію соціальних норм та уявлень про успішність [14, 107].

Самооцінка у дітей дошкільного віку характеризується підвищеним рівнем загальності, недостатньою диференційованістю та значною залежністю від оцінок дорослих. У старшому дошкільному віці, завдяки розвитку мовлення, пам’яті, уяви та довільної уваги, зростає здатність дітей до самоаналізу, рефлексії, порівняння власних дій і якостей з еталонами, що пропонуються дорослими. Однак така оцінка ще не є стійкою, а тому значною мірою підлягає корекції ззовні. Саме в цьому віці дитина починає конструювати узагальнене уявлення про себе як про окрему особистість, що виявляється через прагнення до самоствердження, домагань і визнання своєї значущості у соціумі.

Структурно самооцінка складається з трьох основних компонентів: когнітивного (знання про себе), афективного (емоційне ставлення до себе) та поведінкового (готовність до відповідної саморегуляції). Когнітивний компонент передбачає усвідомлення дитиною своїх здібностей, зовнішності, моральних якостей тощо. Афективний виявляється у відчуттях задоволеності або незадоволеності собою, гордості або сорому. Поведінковий компонент, у свою чергу, забезпечує формування мотиваційної спрямованості на самовдосконалення або, навпаки, на уникнення ситуацій, що вимагають самовиявлення.

Функціональний аспект самооцінки розкривається в її регулятивній, мотиваційній, адаптаційній та прогностичній функціях. Зокрема, на думку А. Бандури, самооцінка виконує роль внутрішнього регулятора поведінки, спрямовуючи особистість на відповідність власному Я-образу, а також забезпечує стабільність і цілісність Я-концепції [1, 98]. Дітям дошкільного

віку властива прагнення до високої оцінки з боку дорослих, і саме це є потужним мотивом для активності, навчання та розвитку. При цьому, як зазначає Р.В. Павелків, висока самооцінка сприяє виникненню ініціативності, самостійності, а занижена – може зумовити страх перед невдачами, уникнення соціальної взаємодії та зниження рівня мотивації [23, 86].

Самооцінка виступає як складне, багатогранне психологічне утворення, яке формується в результаті інтеграції когнітивних, емоційних і поведінкових процесів, ґрунтується на соціальних оцінках і є необхідною умовою становлення самосвідомості дитини. У старшому дошкільному віці вона набуває якісно нових характеристик, відображаючи перехід до більшої автономності та свідомого ставлення до себе. Вивчення особливостей її структури та функціонування дозволяє педагогам і психологам здійснювати цілеспрямований вплив на формування адекватної самооцінки як запоруки успішного розвитку особистості.

У сучасній психології самооцінка трактується як багатовимірне явище, що характеризує ставлення індивіда до себе та виявляється в оцінці ним власних якостей, здібностей, можливостей, а також у регуляції поведінки та емоційного стану. На думку С. Ку́персміта, самооцінка є особистісною диспозицією, що визначає ступінь схвалення індивідом самого себе як гідної, значущої особистості [46, 121]. Це трактування знаходить підтвердження і в роботах вітчизняних дослідників, зокрема І. Д. Беха, який розглядає самооцінку як психологічний механізм саморегуляції поведінки дитини, що формується в контексті особистісно орієнтованого виховання [4, 74].

Вивчення структури самооцінки у старшому дошкільному віці дозволяє виділити кілька її основних компонентів, серед яких: когнітивний (уявлення дитини про себе), емоційний (почуття задоволення або незадоволення собою) та поведінковий (спосіб реагування на успіхи чи невдачі). На думку С. П. Тищенка, саме в дошкільному віці відбувається інтенсивне накопичення знань про себе, що зумовлює становлення базової Я-концепції та формування адекватної або ж завищеної/заниженої самооцінки [33, 69].

Особливої уваги заслуговує класифікація рівнів самооцінки, запропонована І. Васіляускайте, яка дозволяє охарактеризувати домінуючі типи самооцінки у старших дошкільників залежно від їхньої поведінки в типових ситуаціях. Вона виділяє три основні рівні: адекватний, завищений і занижений [6, 42]. З метою більш повного аналізу характеру самооцінки в старшому дошкільному віці доцільно звернутися до її функціонального розгляду, оскільки функції самооцінки є ключовими у становленні особистості. Так, за К. Роджерсом, самооцінка виконує регулятивну функцію, оскільки визначає міру впевненості дитини у власних силах, мотиваційну функцію, яка спонукає або стримує діяльність, а також адаптивну, що сприяє пристосуванню до соціального середовища [26, 97].

У межах дошкільного віку, особливо старшого, ці функції набувають виразності через конкретні психолого-поведінкові прояви. Зокрема, діти з адекватною самооцінкою, за спостереженнями Н. М. Дятленко, характеризуються ініціативністю, стабільним емоційним фоном, здатністю адекватно оцінювати результати своєї діяльності та демонструвати позитивне ставлення до себе й до інших [9, 58]. Водночас діти з заниженою самооцінкою часто виявляють тривожність, невпевненість, уникання ситуацій оцінювання, що вказує на необхідність психолого-педагогічної підтримки для корекції таких проявів. У таблиці 1.1 узагальнено функції самооцінки відповідно до різних наукових підходів.

Як видно з таблиці 1.1, більшість дослідників визнають регулятивну, мотиваційну та адаптивну функції як основні, що особливо важливо у віковому аспекті старшого дошкільного періоду, коли дитина активно входить у систему соціальних стосунків і розвиває здатність до самоспостереження та самоаналізу. Наприклад, дослідження Е. Г. Еріксона засвідчують, що в цьому віці формується базове почуття ініціативи, яке є підґрунтям для формування позитивної самооцінки [11, 158]. Натомість недорозвиненість механізмів рефлексії може ускладнювати становлення реалістичного самосприйняття.

Таблиця 1.1 – Наукові підходи до розуміння самооцінки у дітей старшого дошкільного віку

Назва підходу	Характеристика самооцінки	Дослідники
Гуманістичний	Самооцінка розглядається як ядро особистості, пов'язане з потребою в самореалізації та позитивному самосприйнятті	Роджерс К. [26], Маслоу А., Шакенова Я.Х. [39]
Когнітивно-соціальний	Самооцінка формується на основі самоусвідомлення, самоспостереження, рефлексії та соціального порівняння	Бандура А. [1], Coopersmith S. [46], Baumeister R.F. [45]
Особистісно-орієнтований	Самооцінка трактується як чинник розвитку індивідуальності, ціннісного ставлення до себе та до інших	Бех І.Д. [4], Бондаревська Є.В., Кузьменко Н.В. [16]
Психоаналітичний	Самооцінка пов'язана з несвідомими психічними утвореннями, ранніми етапами розвитку «Я»-концепції	Еріксон Е. [11], Малер М. [19], Титаренко Т.М. [35]
Експериментально-діяльнісний	Самооцінка вивчається через дитячу діяльність, гру, спілкування, у контексті взаємодії із зовнішнім світом	Глагінська О.Д. [7], Каравацька Х.М. [13], Юрченко О. [42]
Емоційно-ціннісний	Акцентується значення емоційної регуляції, прийняття себе, впливу позитивних переживань на розвиток самооцінки	Фарнікова О. [38], Панфілова М. [22], Удовіченко Г.М. [36]

У психологічній науці також важливе місце займає поняття функціональної гнучкості самооцінки. За Х. Маркусом, самооцінка не є фіксованою структурою, а навпаки – здатна змінюватися під впливом зовнішніх і внутрішніх факторів, зокрема ситуативного контексту, педагогічного впливу, стилю виховання, міжособистісних стосунків [18, 97]. Водночас О. Л. Кононко підкреслює, що для гармонійного розвитку дитини важливо забезпечити такі умови, в яких самооцінка формуватиметься як автономна, самостійна характеристика особистості, а не лише як результат реакцій дорослого оточення [14, 104].

Вагомий внесок у розуміння структури самооцінки вносить і концепція Я-концепції (self-concept), в межах якої самооцінка розглядається як її емоційно-оціночний компонент. Дослідження Я. Х. Шакенової показують,

що самооцінка як складова Я-концепції виконує функцію інтеграції власного досвіду, сприяє стабілізації образу «Я» та визначає поведінкову лінію дитини у різноманітних ситуаціях спілкування [39, 68].

Аналіз структури та функцій самооцінки дозволяє дійти висновку, що вона є багаторівневим психологічним утворенням, яке включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти, виконує низку критичних функцій у формуванні особистості дитини старшого дошкільного віку та піддається педагогічному впливу, що відкриває широкі можливості для її корекції та розвитку у виховному процесі.

Однією з головних функцій самооцінки вважається регулятивна функція, яка полягає у формуванні внутрішніх стандартів, орієнтирів поведінки, норм емоційного реагування та меж допустимого у соціальній взаємодії. Як зазначає І.Д. Бех, саме регулятивна функція забезпечує зв’язок між Я-образом і зовнішнім світом, визначаючи ціннісні установки дитини щодо себе та інших [4, 76].

Іншою важливою функцією є функція самоконтролю, яка у старшому дошкільному віці проявляється у поступовому усвідомленні дитиною своїх дій, думок і вчинків, що формує передумови для відповідальності та емоційної стабільності. О.Л. Кононко підкреслює, що самооцінка дозволяє дошкільникові оцінити себе не лише за зовнішніми критеріями, а й з урахуванням внутрішніх моральних переконань, які лише починають формуватися на цьому віковому етапі [14, 92].

Функція мотивації має значний вплив на активність дитини, визначаючи ступінь її включення у діяльність, рівень ініціативності та наполегливості у досягненні результату. На думку Е.Г. Еріксона, позитивна самооцінка у дошкільному віці сприяє формуванню базової довіри до себе та оточення, що створює фундамент для розвитку мотивації до самореалізації [11, 118]. Натомість занижена або нестабільна самооцінка часто корелює з низьким рівнем досягнень, униканням нових форм активності та підвищеним рівнем тривожності.

Дослідниця Н. М. Дятленко акцентує увагу на інформаційній функції самооцінки, яка реалізується через механізми самопізнання та самоаналізу [9, 99]. У межах цієї функції самооцінка дозволяє дитині формувати уявлення про власні можливості, риси характеру, сильні та слабкі сторони. Саме через інформаційну функцію самооцінка стає основою конструювання Я-концепції – стабільного образу власного "Я", який поступово структурується протягом старшого дошкільного віку.

Також важливою є функція соціальної адаптації, оскільки самооцінка значною мірою визначає соціальну поведінку дитини, її здатність до емпатії, співпереживання, налагодження контактів з однолітками та дорослими. За свідченням досліджень Я. Х. Шакенової, рівень самооцінки у старших дошкільників прямо пов'язаний з якістю міжособистісної взаємодії: діти з адекватною самооцінкою виявляють вищу соціальну компетентність, здатні до компромісів та конструктивного розв’язання конфліктів [39, 108].

Загалом структура самооцінки у дітей старшого дошкільного віку не є однорідною і включає когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти, що перебувають у взаємозв’язку та взаємозалежності. Когнітивний компонент передбачає формування уявлень дитини про себе, зокрема про свої здібності, зовнішність, соціальну значущість, що відповідає етапу розвитку рефлексивного мислення, який характерний для даного віку. Емоційний компонент визначає ставлення дитини до себе – позитивне чи негативне, а також рівень емоційної стабільності у взаємодії з навколишнім середовищем. Поведінковий компонент реалізується через вияв самооцінки у зовнішніх діях – наприклад, у виборі ролі у грі, ініціативності у виконанні завдань, прагненні до успіху або униканні труднощів [16, 112].

У цьому контексті важливо звернути увагу на твердження С. Куперсміта, який стверджував, що самооцінка дитини є динамічною системою, яка формується під впливом багатьох чинників: сімейного виховання, особливостей спілкування в колективі, рівня пізнавальної активності та педагогічного впливу [46, 84]. Автор підкреслює, що саме у

старшому дошкільному віці виникає потреба дитини у визнанні її значущості іншими, що слугує важливим стимулом для формування самооцінки. У дослідженнях Г.С. Костюка також наголошується, що самооцінка на цьому віковому етапі формується у процесі активної взаємодії дитини із зовнішнім світом, зокрема під час виконання завдань, які мають суспільно значущу мету [15, 188].

Окремої уваги заслуговує зв'язок між рівнем сформованості самооцінки та емоційним інтелектом дитини, що був детально описаний у працях О. Фарнікової. Дослідниця зазначає, що діти з високим рівнем емоційного інтелекту демонструють більш адекватну самооцінку, краще розуміють емоційні стани інших і рідше вдаються до агресивних форм поведінки [38, 143]. Це підтверджує необхідність комплексного підходу до розвитку самооцінки у дошкільників, який має включати не лише когнітивні, а й емоційно-регулятивні компоненти.

Отже, самооцінка у старшому дошкільному віці виступає як інтегральне особистісне утворення, що має складну внутрішню структуру та виконує низку життєво важливих функцій, зокрема регулятивну, мотиваційну, інформаційну, функцію самоконтролю та соціальної адаптації. Її формування є результатом взаємодії багатьох психолого-педагогічних чинників і виступає необхідною умовою повноцінного розвитку особистості дитини. Усвідомлення ролі самооцінки в загальному психічному розвитку дошкільника дозволяє педагогам і психологам цілеспрямовано впливати на її становлення, створюючи сприятливі умови для формування позитивного образу "Я" у кожної дитини.

1.2 Вікові особливості розвитку самооцінки у дошкільному віці

У контексті дослідження вікових особливостей розвитку самооцінки у дошкільному віці актуалізується потреба у глибокому аналізі вікової динаміки формування уявлень дитини про себе, що є основою її

суб'єктивного образу власного «Я». Самооцінка у дошкільному віці розглядається як комплексне інтегративне новоутворення, що виникає внаслідок злиття когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів самосвідомості. Розвиток цього особистісного утворення має глибоку вікову специфіку та залежить від багатьох чинників, серед яких провідними є емоційно-комунікативний досвід дитини, рівень сформованості соціальних взаємодій, особливості виховного середовища та педагогічних впливів.

Саме старший дошкільний вік є критичним періодом у формуванні базових елементів Я-концепції, в межах якої самооцінка виступає як один із найвагоміших регуляторів поведінки дитини. У цей період самооцінка поступово набуває рис стабільності, відносної узагальненості, усвідомленості, стає більш реалістичною, хоча ще зберігає певні риси емоційної і ситуативної залежності. За класифікацією С. Куперсміта, у старшому дошкільному віці починає активно формуватись автономна самооцінка, заснована не лише на зовнішніх оцінках значущих дорослих, а й на власному досвіді, досягненнях, вчинках дитини [46, 88].

Г. С. Костюк акцентував увагу на тому, що саме у дошкільному віці, коли провідною діяльністю виступає сюжетно-рольова гра, активно формуються передумови для виникнення здатності до самоаналізу, співвіднесення власних дій з очікуваннями інших, що безпосередньо сприяє становленню первинної рефлексії, котра є базою для розвитку самооцінки [15, 289]. У дослідженнях О. Л. Кононко зазначається, що формування самооцінки у цьому віці відбувається в межах морально-емоційного простору спілкування дитини з дорослим, а також у процесі інтеріоризації норм і правил поведінки, що транслюються в родині та закладах дошкільної освіти [14, 137].

У молодшому дошкільному віці дитина ще не здатна усвідомлювати себе як об'єкт оцінки, а її самооцінка є ситуативною та емоційно забарвленою. Проте вже у середньому, а особливо у старшому дошкільному віці, з'являється тенденція до узагальнення уявлень про себе. Дитина починає

співвідносити свої якості, дії, емоційні реакції з нормами соціального оточення. Цей процес тісно пов'язаний із розвитком емоційного інтелекту, соціальної компетентності, внутрішньої позиції «Я» та інтеріоризацією моральних категорій [27, 119].

Особливу роль у розвитку самооцінки в дошкільному віці відіграє механізм зворотного зв’язку. Як підкреслюють І. Д. Бех та М. В. Яценко, основою для формування адекватної самооцінки виступає позитивне соціальне підкріплення, підтримка значущих дорослих, конструктивна критика та заохочення [4, 85; 43, 140]. Водночас надмірне підвищення або систематичне заниження оцінки діяльності дитини здатне спровокувати формування викривленого уявлення про себе, що призводить до неадекватної самооцінки. Це підтверджують також емпіричні спостереження Р. В. Павелківа, який зазначає, що діти з дисгармонійною самооцінкою демонструють вищу тривожність, схильність до емоційної нестабільності, уникання труднощів та пасивності у міжособистісному спілкуванні [23, 112].

У старшому дошкільному віці (5–6 років) відзначається посилення мотивації до досягнення успіху, зростає важливість оцінок з боку ровесників та педагогів. На думку С. П. Тищенка, саме на цьому етапі у дитини формується здатність до інтеріоризації соціальних еталонів оцінювання поведінки, що є ключовим чинником у становленні моральної самооцінки [33, 89]. Водночас, за спостереженнями Е. Еріксона, цей період відповідає стадії «ініціативність проти провини» в онтогенетичному розвитку особистості, під час якої дитина активно досліджує межі дозволеного, експериментує з ролями та розширює власний досвід. Успішне проходження цієї стадії сприяє формуванню позитивної самооцінки, тоді як репресивні реакції з боку оточення провокують почуття неповноцінності [11, 194; 47, 134].

Вікові особливості розвитку самооцінки у дошкільному віці зумовлюються складною взаємодією біогенних, соціокультурних та інтраперсональних факторів. Поступове усвідомлення власного «Я»,

відокремлення себе від інших, диференціація оцінних суджень про себе та інших осіб формують підґрунтя для побудови особистісної автономії. Особливої уваги потребує саме перехід до старшого дошкільного віку, коли самооцінка починає виконувати функцію внутрішнього регулятора діяльності та міжособистісної поведінки дитини. На думку З. М. Істоміної, у цей час актуалізується потреба у формуванні вольових якостей, що сприяє розвитку самоконтролю та критичного ставлення до себе [12, 74]. Ці процеси слід розглядати як передумови до подальшого становлення повноцінної самосвідомості у молодшому шкільному віці.

У віці 5–6 років у дітей поступово формується здатність до узагальненої оцінки себе, що проявляється у спробах встановлення відповідності між очікуваним та дійсним образом «Я». У цей період інтенсивно розвивається не лише емоційна сфера, але й когнітивні механізми самоусвідомлення, які, на думку Ж. Піаже, є передумовою для формування моральної автономії [24, 178].

О. Л. Кононко, аналізуючи соціально-моральний розвиток дошкільників, наголошує, що адекватна самооцінка є результатом багаторівневої взаємодії дитини з мікросоціумом, передусім із батьками, педагогами та однолітками, які виступають провідними агентами оцінного зворотного зв’язку [14, 112]. Діти старшого дошкільного віку здатні виокремлювати значущі характеристики власної особистості, оцінювати успішність виконання діяльності, співвідносити себе з нормативними очікуваннями дорослого. Проте, як зазначає Н. М. Дятленко, сформована самооцінка на цьому етапі ще не є стабільною, вона залишається ситуативно-залежною та емоційно забарвленою [9, 87].

У старшому дошкільному віці домінує переважно завищена самооцінка, що вважається віковою нормою, адже дитина ще не оперує достатнім обсягом об'єктивних критеріїв для оцінки себе, а система внутрішніх стандартів лише формується. На думку С. П. Тищенка, таке «оптимістичне сприйняття себе» забезпечує внутрішню мотивацію до

розвитку, сприяє позитивному емоційному тлумаченню результатів діяльності, навіть у разі невдачі, та є основою для подальшого формування стійкої самоцінності [33, 59].

Проте значна частина науковців, зокрема Р. В. Павелків, наголошують, що в структурі самооцінки дошкільників важливо диференціювати загальну, ситуативну та діяльнісну компоненти. Загальна самооцінка відображає загальне ставлення до себе, ситуативна – реакцію на конкретну подію, тоді як діяльнісна формується в межах окремих видів діяльності (гра, навчання, спілкування) [23, 144]. Така структуризація дозволяє більш цілісно охопити прояви самооцінювання на цьому віковому етапі.

Оцінка себе в дошкільному віці виявляється переважно в таких показниках, як емоційне задоволення від своїх досягнень, частота самозіставлень із однолітками, рівень домагань, а також кількість позитивних і негативних атрибуцій, які дитина надає власній поведінці або зовнішності. При цьому сприйняття себе як «доброї дитини», «успішної», «слухняної» тісно пов’язане з оцінками значущих дорослих. І. Васіляускайте, вивчаючи рівні самооцінки в дітей, довела, що позитивні оцінні судження педагогів мають прямий вплив на рівень сформованості адекватної самооцінки [6, 73].

У процесі психічного розвитку у старшому дошкільному віці активізуються не лише механізми самооцінювання, а й прагнення до самореалізації в межах групової діяльності. Відповідно, на думку К. Роджерса, провідною умовою стабілізації самооцінки виступає безумовне позитивне прийняття дитини, яке формує її внутрішню узгодженість і впевненість у власній цінності незалежно від зовнішніх обставин [26, 118].

Значну роль у формуванні самооцінки відіграє ігрова діяльність, що є провідною у дошкільному віці. Н. В. Кузьменко вважає, що саме через гру діти проектують соціальні ролі, переживають себе в різних позиціях, що дозволяє їм набувати досвіду саморефлексії [16, 129]. Аналогічно, експериментальні дослідження С. А. Будассі з використанням методики «Драбинка самооцінки» свідчать про те, що старші дошкільники,

порівнюючи себе з уявним «ідеальним Я», можуть демонструвати високий рівень усвідомлення власних рис, хоча ще не завжди здатні обґрунтовувати свої оцінки [5, 28].

На основі аналізу численних досліджень (І.Д. Бех [4], М. М. Мамажанов [20]) можна узагальнити основні характеристики самооцінки дітей старшого дошкільного віку, які подано в таблиці 1.2.

Таблиця 1.2 – Основні характеристики самооцінки дітей старшого дошкільного віку

№	Характеристика	Опис	Автор(и)
1	Емоційна забарвленість	Самооцінка залежить від настрою та емоційної підтримки	Дятленко Н.М. [9, с. 88]
2	Ситуативність	Залежність від конкретних умов діяльності	Павелків Р.В. [23, с. 145]
3	Завищеність	Тенденція до позитивної самооцінки	Балла Г.О. [2, с. 154]
4	Залежність від зовнішніх оцінок	Значущість оцінки дорослих і однолітків	Роджерс К. [26, с. 118]
5	Недостатня критичність	Обмежена здатність до об'єктивної саморефлексії	Каравацька Х.М. [13, с. 89]
6	Формування через гру та спілкування	Розвиток самооцінки в контексті ігрової взаємодії	Кузьменко Н.В. [16, с. 130]

У старшому дошкільному віці самооцінка починає набувати стійкіших форм, однак залишається пластичною, залежною від контексту і суб’єктивних переживань. Як показує багаторівнева структура самооцінки, сформованість цього феномену визначає не лише емоційний комфорт дитини, але й потенціал її подальшого психічного розвитку. У цьому контексті надзвичайно важливим є створення оптимального виховного середовища, де дитина матиме змогу вільно самовиражатися, отримувати підтримку та адекватне оцінне підкріплення своєї поведінки, що є запорукою гармонійного становлення особистості на етапі дошкільного дитинства.

У старшому дошкільному віці спостерігається суттєвий якісний стрибок у розвитку самооцінки, що пов’язано із загальним переходом дитини

від домінування емоційно-імпульсивних реакцій до свідомої рефлексії, яка включає в себе елементи самопізнання, порівняння себе з іншими та оцінювання власної поведінки з урахуванням соціальних норм. У цьому віці діти вже можуть досить адекватно сприймати оцінки дорослих, порівнювати їх із власними уявленнями про себе, що й створює передумови для виникнення більш стійкої та внутрішньо структурованої самооцінки.

Особливого значення в процесі формування самооцінки набуває здатність дитини до самоусвідомлення та усвідомлення себе як суб'єкта певної соціальної ролі. Водночас діти старшого дошкільного віку демонструють схильність до суперечностей між реальним образом «Я» та ідеальним уявленням про себе. Це явище описано в роботах К. Роджерса, який наголошував на ролі так званого «ідеального Я» у формуванні самооцінки, а відтак – на потенційній емоційній напрузі у випадках значної розбіжності між реальним та ідеальним образом [26, 119]. У контексті дитячого розвитку цей аспект можна розглядати як мотиваційний фактор, що спонукає дитину до самовдосконалення, але водночас і як джерело фрустрації у разі повторних невдач.

Згідно з поглядами Р. Баумайстера, самооцінка в старшому дошкільному віці ще не має завершеної структури, однак саме в цей період починає чітко простежуватися тенденція до ієрархізації оцінювання себе в різних сферах життєдіяльності – грі, навчальній діяльності, спілкуванні з однолітками [45, 62]. Подібну думку висловлює й С. Куперсміт, підкреслюючи, що вже у п'ять-шість років діти можуть продемонструвати первинне усвідомлення власної цінності на основі соціальних успіхів або невдач [46, 147]. Тобто, важливим фактором розвитку самооцінки на цьому етапі є соціальна ситуація розвитку, у межах якої формується система очікувань, реакцій та зворотного зв'язку.

Психологічні особливості самооцінки в старшому дошкільному віці також значною мірою обумовлені розвитком пізнавальних процесів. Зокрема, за Ж. Піаже, саме на цьому етапі формується «деконцентрований» тип

мислення, який дозволяє дитині відійти від егоцентризму раннього віку та почати враховувати точки зору інших [24, 98]. Це, своєю чергою, сприяє розширенню підстав для оцінювання себе не лише з позиції суб'єктивного досвіду, а й крізь призму зовнішніх норм. На думку М. М. Мамажанова, процеси мислення й формування когнітивних структур безпосередньо впливають на адекватність самооцінки: чим більш гнучким є пізнавальний стиль дитини, тим вищою є ймовірність критичного осмислення власних досягнень і невдач [20, 104].

Значну увагу сучасні дослідники приділяють впливу емоційної сфери на формування самооцінки в старшому дошкільному віці. О. Фарнікова наголошує, що рівень емоційного інтелекту визначає здатність дитини регулювати емоційні реакції у ситуаціях порівняння себе з іншими, що має вирішальне значення для уникнення формування заниженої або надмірно завищеної самооцінки [38, 74]. У цьому ж контексті важливо згадати й роботи О. П. Розенкової, яка підкреслює необхідність врахування індивідуальних особливостей темпераменту дитини при оцінюванні стабільності її самооцінки, зокрема у контексті ситуаційної змінності емоційного стану [25, 163].

Формування самооцінки в старшому дошкільному віці є тісно пов'язаним із розвитком уявлень про себе як частину соціуму. Дослідження І. Д. Беха показують, що саме в цьому віці особистісно-орієнтоване виховання створює передумови для становлення морально забарвлених оцінок власних вчинків, тобто моральної самооцінки [4, 83]. При цьому моральний компонент виступає як інтегруючий фактор, який об'єднує когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти особистості, сприяючи формуванню цілісного образу «Я».

Не можна не враховувати також роль гри як провідного виду діяльності в дошкільному віці, що виступає засобом опосередкованого самопізнання. Як зазначає Н. В. Кузьменко, саме в ігровій діяльності дитина активно відтворює й моделює соціальні ролі, що дозволяє їй екстраполювати зовнішні оцінки на

власну особистість та поступово набувати здатності до самоспостереження та самоаналізу [16, 97]. Це є основою для розвитку рефлексивної форми самооцінки – вищого її рівня у старшому дошкільному віці.

Отже, вікові особливості формування самооцінки у старшому дошкільному віці характеризуються високим ступенем взаємозалежності між когнітивним, емоційним і соціальним розвитком. Самооцінка, що формується в цьому віці, має передусім ситуаційний характер, але водночас вона поступово набуває рис стабільності, що визначає її важливість як підґрунтя подальшого самосприйняття дитини у молодшому шкільному віці.

1.3 Чинники, що впливають на формування самооцінки

Формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку є складним психолого-педагогічним процесом, який відбувається під впливом сукупності зовнішніх і внутрішніх чинників, що взаємодіють між собою та зумовлюють індивідуальну динаміку розвитку дитячої особистості. Вже на етапі старшого дошкільного віку дитина набуває здатності оцінювати власні дії, поведінку, окремі особистісні риси, порівнювати себе з іншими, формулювати судження про себе, що свідчить про становлення базових компонентів Я-концепції.

У науковій літературі наголошується, що визначальними у процесі становлення самооцінки є такі чинники, як характер взаємодії з дорослими, стиль сімейного виховання, рівень розвитку самосвідомості, успішність у діяльності, вплив однолітків, а також особливості емоційно-вольової сфери дитини. Наприклад, О. Д. Глагінська підкреслює, що мотиваційна структура діяльності дитини має безпосередній вплив на її самооцінювання: від змісту мотивів та їх усвідомленості залежить, чи буде самооцінка реалістичною або ж хибно завищеною чи заниженою [7, 101].

Вагоме значення у становленні самооцінки відіграє якість емоційного контакту з батьками. Як зазначає О. В. Листопад, у сім'ях, де дитина відчуває безумовну любов, прийняття та підтримку, формується адекватне уявлення

про себе, підвищується впевненість у власних силах, закладаються основи стійкої позитивної самооцінки [17, 89]. Навпаки, у разі надмірної критики, ігнорування чи емоційного відчуження з боку дорослих, у дитини можуть виникнути почуття неповноцінності та неадекватні самосудження, що спричиняє формування заниженої або нестійкої самооцінки.

Суттєвим чинником також є характер міжособистісного спілкування дитини в колективі однолітків. За даними дослідження А. І. Шагаєва, в умовах доброзичливих взаємин із ровесниками, де дитина відчуває себе прийнятою, значимою та рівноправною, відбувається активізація позитивних емоційних переживань, що сприяє формуванню стабільної й адекватної самооцінки [40, 73]. Водночас, якщо взаємини у колективі є конфліктними, дитина стикається з відторгненням або частими осудженнями, це може стати причиною формування низької самооцінки та порушення емоційного стану.

Крім того, як підкреслює С. П. Тищенко, досвід успішної діяльності в різних видах активності – грі, навчанні, спілкуванні, творчості – є базою для формування позитивного образу Я у дошкільника [33, 112]. Зокрема, якщо дитина отримує задоволення від власних досягнень і чує позитивну оцінку з боку значущих дорослих, її самооцінка зміцнюється, і вона прагне повторити позитивний досвід. Проте, у випадках систематичних невдач або ігнорування результатів її діяльності, формується негативне самосприйняття, що перешкоджає розвитку впевненості в собі.

Не менш важливим є вплив пізнавального розвитку, про що писав ще Ж. Піаже, підкреслюючи, що когнітивна активність сприяє становленню механізмів самоусвідомлення, які є підґрунтям формування самооцінки [24, 133]. Дитина старшого дошкільного віку поступово починає розрізняти зовнішнє та внутрішнє, аналізувати свої дії, передбачати можливі наслідки, усвідомлювати себе як суб’єкта діяльності, що й забезпечує базу для становлення самостійного самооцінювання. Чинники, що впливають на формування самооцінки дитини старшого дошкільного віку, є багатовимірними і комплексними. До них відносяться особливості взаємодії з

батьками, характер взаємин з однолітками, рівень пізнавального розвитку, успішність діяльності, стиль виховання та індивідуально-психологічні особливості особистості дитини. Розуміння цих факторів є необхідним для розробки ефективних психолого-педагогічних програм розвитку адекватної самооцінки в дошкільному віці.

У процесі формування самооцінки в старшому дошкільному віці ключову роль відіграють як зовнішні, так і внутрішні чинники, що взаємодіють між собою в складному психологічному континуумі. Одним із провідних зовнішніх чинників є соціальне середовище, в якому перебуває дитина, зокрема сім'я, дошкільний навчальний заклад, а також мікрогрупа однолітків. Згідно з дослідженнями О. В. Листопад, саме стиль сімейного виховання, рівень батьківської чуйності та емоційного прийняття значно впливають на формування як позитивної, так і заниженої самооцінки [17, 58]. З іншого боку, педагогічна взаємодія у дошкільному закладі, організація навчально-виховного процесу, особистість вихователя як моделі оцінних суджень, відіграють не менш значущу роль, що підтверджує у своїх працях І. Д. Бех, наголошуючи на важливості особистісно орієнтованого підходу в освітньому процесі [4, 74].

На особливу увагу заслуговує взаємозв'язок між розвитком емоційного інтелекту та становленням самооцінки. Як зазначає О. Фарнікова, здатність дитини розпізнавати, усвідомлювати та контролювати власні емоції позитивно корелює з адекватною самооцінкою, адже забезпечує внутрішню узгодженість і позитивний образ «Я» [38, 111]. Подібного висновку дотримується і М. В. Яценко, підкреслюючи роль корекційних програм, які базуються на розвитку емоційного саморегулювання та рефлексії у старших дошкільників [43, 132].

Значний вплив на становлення самооцінки справляє якість міжособистісної взаємодії з однолітками. В працях А. І. Шагаєва показано, що позитивна оцінка з боку ровесників сприяє підвищенню самоповаги, а часте відкидання або ігнорування веде до формування нестійкої або

заниженої самооцінки [40, 84]. При цьому в системі міжособистісних зв’язків діти засвоюють не лише норми оцінки, але й формують образ себе через механізм соціального порівняння, описаний у роботах С. Кууперсміта [46, 191].

Не можна ігнорувати і когнітивні особливості старшого дошкільного віку, які визначають характер формування оцінних суджень. У цьому контексті доречно згадати теоретичні положення Ж. Піаже, який розглядав самооцінку як похідну від рівня когнітивного розвитку, що передбачає формування уявлень про стабільні властивості особистості та здатність до внутрішньої рефлексії [24, 207]. Розвиток уявлення про власне «Я» у старшому дошкільному віці, за Ж. Піаже, характеризується перехідом від гетерономного мислення до початків автономного, що і є основою для самостійної оцінки своїх дій, якостей, здібностей.

Також важливим є рівень розвитку мовлення та здатності до вербалізації власних емоцій і вражень. Мовлення відіграє подвійну роль – і як засіб зовнішнього вираження самооцінних суджень, і як механізм внутрішнього мислення, завдяки чому дитина здатна більш повно усвідомити себе як суб’єкта. У старшому дошкільному віці діти вже володіють достатнім словниковим запасом для побудови логічно завершених суджень про себе, що відкриває можливість більш точної вербальної фіксації рівня самооцінки.

На рівень сформованості самооцінки також впливає і ступінь емоційного прийняття дитини значущими дорослими. К. Роджерс, у межах теорії самоповаги, вказує, що безумовне позитивне ставлення батьків і педагогів створює внутрішній клімат довіри, в якому дитина не боїться помилятися, проявляти ініціативу, а це сприяє формуванню стабільної й адекватної самооцінки [26, 133]. Цю позицію поділяє й С. П. Тищенко, який акцентує на тому, що емоційно позитивне середовище є передумовою формування позитивного образу «Я» у дитини [33, 97].

Вагоме місце серед чинників формування самооцінки посідають методи педагогічного впливу та стилі виховання. Як зазначає О. Л. Кононко з

колективом авторів, авторитарний стиль виховання з акцентом на покарання та жорсткий контроль призводить до формування у дітей почуття меншовартості та страху перед оцінкою, тоді як демократичний стиль сприяє розвитку самостійності, ініціативності та позитивної самооцінки [14, 114]. З метою систематизації зазначених вище чинників доцільно узагальнити їх у таблиці 1.3, яка відображає основні групи чинників та їхні ключові характеристики.

Таблиця 1.3 – Групи чинників, що впливають на формування самооцінки дітей старшого дошкільного віку

Група чинників	Зміст та приклади	Автори, які досліджували вплив чинників
Соціальні	Стиль сімейного виховання [17, с. 58]; вплив педагогів [4, с. 74]; група однолітків [40, с. 84]	Листопад О.В. [17]; Бех І.Д. [4]; Шагаєв А.І. [40]
Когнітивні	Рівень мислення [24, с. 207]; мовленнєвий розвиток як компонент когнітивної активності [36, с. 88]; пізнавальні інтереси [9, с. 121]	Піаже Ж. [24]; Удовіченко Г.М. [36]; Дятленко Н.М. [9]
Емоційні	Рівень емоційного інтелекту [38, с. 111]; емоційне прийняття дорослими [26, с. 133]; емоційна регуляція [33, с. 95]	Фарнікова О. [38]; Роджерс К. [26]; Тищенко С.П. [33]
Педагогічні	Стиль виховання [14, с. 114]; методи заохочення і покарання [4, с. 79]; застосування інноваційних методик (гра, проективні методики) [10, с. 88]; взаємодія з вихователем [27, с. 93]	Кононко О.Л. та ін. [14]; Бех І.Д. [4]; Доккі В. [10]; Сидоренко І.П. [27]
Індивідуально-психологічні	Темперамент; рівень саморегуляції [12, с. 103]; упевненість у собі [43, с. 132]; особистісні якості (самостійність, відповідальність) [29, с. 74]	Істоміна З.М. [12]; Яценко М.В. [43]; Сергеєнкова О.П. [29]

Формування самооцінки в старшому дошкільному віці відбувається під впливом широкого спектра чинників, які не можна розглядати ізольовано, адже вони функціонують у складній взаємодії, створюючи підґрунтя для розвитку особистості дитини, її емоційної стійкості, впевненості у власних силах і здатності до саморефлексії. Визначення та аналіз цих чинників є важливою основою для подальшого розроблення педагогічних та

психологічних програм, спрямованих на підтримку формування адекватної самооцінки в дошкільному віці.

З огляду на комплексний характер розвитку особистості дитини старшого дошкільного віку, важливою складовою процесу формування її самооцінки є взаємодія низки соціально-психологічних чинників, що сприяють або, навпаки, гальмують її адекватне становлення. Одним із ключових детермінантів є особливості родинного виховання, оскільки саме в сім'ї закладаються перші уявлення дитини про себе, відбувається початкове закріплення моделей емоційного ставлення до власних досягнень і невдач. Як зазначає О. В. Листопад, стиль батьківської поведінки, рівень емоційної підтримки, визнання досягнень дитини формують її базове уявлення про себе як про цінну особистість [17, 84]. У родинах, де панує авторитарний стиль, високий рівень критичності з боку батьків та ігнорування емоційної сфери дитини, самооцінка часто набуває або заниженого, або амбівалентного характеру.

Наступним суттєвим чинником є особливості педагогічного впливу. В умовах дошкільного закладу вихователі виступають моделлю оцінювання поведінки дитини, її досягнень і труднощів. Позитивне підкріплення, доброзичливість та підтримка педагога у навчально-ігровій діяльності сприяють формуванню в дитини уявлень про себе як про компетентного, здатного досягати успіху суб'єкта, що підвищує рівень адекватності її самооцінки. У цьому контексті важливою є також позиція І. Д. Беха, який підкреслює, що особистісно орієнтована модель виховання, заснована на повазі до індивідуальних особливостей дитини, забезпечує необхідні умови для розвитку суб'єктивності та позитивного Я-образу [4, 74].

Варто окремо виокремити чинник впливу однолітків, адже в старшому дошкільному віці соціальна взаємодія з ровесниками набуває системного характеру. Саме в ігровій і навчально-пізнавальній діяльності з однолітками діти мають змогу не лише співвідносити свої дії з діями інших, а й отримувати зворотний зв'язок щодо власних здібностей, моральних якостей

та соціальної прийнятності. За даними досліджень А. І. Шагаєва, прийняття дитини в групі, рівень її популярності або соціальної ізоляції прямо корелює з формуванням її самооцінки, особливо в аспекті соціальної впевненості та відчуття значущості [40, 143].

Не менш важливою є роль мовлення як інструмента самопізнання. Здатність до внутрішнього монологу, словесного опису власного досвіду, емоцій та намірів сприяє формуванню в дитини наочних уявлень про саму себе, що є передумовою адекватної самооцінки. Мовлення виступає засобом об'єктивації досвіду особистості, а його активізація в ігрових або рефлексивних практиках стимулює процес формування Я-образу.

Додаткову увагу заслуговує чинник емоційного інтелекту. Згідно з висновками О. Фарнікової, розвиток здатності дитини розпізнавати й диференціювати власні емоції, а також адекватно інтерпретувати емоції інших, має прямий вплив на її уявлення про себе, зокрема щодо соціальної прийнятності, здатності до емпатії й моральної самооцінки [38, 91].

Зрештою, як наголошує С. Х. Маркус, самооцінка є динамічною системою, яка перебуває під впливом множини зовнішніх і внутрішніх факторів, що взаємодіють у складній мережі міжособистісних і когнітивних процесів [18, 59]. Важливо враховувати, що кожен із цих чинників не діє ізольовано, а проявляє свою ефективність у взаємозв’язку з іншими елементами соціального та особистісного досвіду дитини.

Отже, формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку є багатофакторним процесом, у якому вирішальну роль відіграють стилі родинного виховання, педагогічна взаємодія, соціальний статус у групі однолітків, рівень мовленнєвого розвитку та сформованість емоційного інтелекту. Знання і розуміння цих чинників дає змогу ефективно корегувати умови розвитку дитини, орієнтуючись на формування позитивної, адекватної та стабільної самооцінки як базису її особистісного зростання.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Організація та методи емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження психологічних особливостей формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку було організовано з урахуванням теоретичних положень, викладених у попередньому розділі, а також на основі сучасних наукових уявлень про специфіку психічного розвитку дітей зазначеного вікового періоду. Враховуючи сенситивність дошкільного віку до формування самосвідомості, центральним завданням емпіричного етапу стало виявлення індивідуальних та типологічних характеристик самооцінки дітей, виявлення її рівня, структури, емоційної насиченості, а також чинників, що сприяють чи перешкоджають становленню адекватної самооцінки.

Дослідження проводилося в межах дошкільного навчального закладу, що дозволило створити природні умови для психодіагностичної роботи та забезпечити достатній ступінь екологічної валідності результатів. Вибірка дослідження складалася з дітей віком від 5 до 6 років, які відвідують старші групи закладів дошкільної освіти. Усього в дослідженні взяли участь 30 дітей (15 дівчаток і 15 хлопчиків), які не мали психофізіологічних порушень розвитку, що могло б впливати на валідність діагностичних даних. Репрезентативність вибірки забезпечувалася збалансованістю за статтю, віком і умовами виховання. Попередньо було отримано згоду від батьків на участь їхніх дітей у дослідженні, а також узгоджено проведення діагностичних процедур із педагогами та адміністрацією закладу.

Організація дослідження включала кілька етапів. На першому підготовчому етапі було проведено збір інформації про дітей, що включав

вивчення анамнестичних даних, умов сімейного виховання, особливостей поведінки в групі, які було отримано через бесіди з вихователями та батьками. Також було здійснено апробацію методик на декількох учасниках для забезпечення їх зрозумілості та комфортності для дітей, а також перевірки доцільності застосування в умовах дошкільного закладу.

Основний етап дослідження передбачав безпосереднє застосування комплексу методик, спрямованих на вивчення самооцінки, її афективної та когнітивної складових, механізмів формування, а також умов, що сприяють або гальмують становлення адекватного ставлення до себе. Відбір діагностичних інструментів здійснювався на основі критеріїв вікової відповідності, надійності, валідності та практичної доцільності. Основними критеріями для вибору методик були доступність інструкції, сприйнятливість образів, наочність матеріалів та емоційна безпечність процедури тестування. Крім того, при виборі інструментарію враховувався компонент мультиаспектності, що передбачає комплексну оцінку самооцінки з позиції афективних, поведінкових, когнітивних та соціально-рефлексивних характеристик.

З цією метою було використано низку проективних та стандартизованих психодіагностичних методик. Методика «Драбинка самооцінки» (автор – С. А. Будассі) застосовувалася з метою визначення рівня загальної самооцінки через візуальну інтерпретацію уявлення дитини про власне місце серед інших. Дитині пропонувалося розмістити себе на одній зі сходинок умовної драбинки, що символізували рівень задоволеності собою та своїми досягненнями. Ця методика дозволяла отримати кількісну оцінку самооцінки та виявити домінування завищеної, адекватної або заниженої самооцінки, а також забезпечувала додаткову можливість інтерпретації вербальних коментарів дитини щодо обраної позиції.

Додатково було застосовано методику «Три дерева» (розроблена Р. Темплом, Т. Аменом та В. Доркі), яка має проективний характер і спрямована на виявлення емоційного стану дитини, її уявлень про себе та

рівень емоційної самоідентифікації. Завдяки вільному вибору з-поміж трьох варіантів зображення дерева (пишне, квітуче дерево; дерево з опалим листям; сухе дерево) дитина не лише демонструє рівень самооцінки, а й виявляє внутрішній емоційний фон, що супроводжує її ставлення до себе. Аналіз результатів цієї методики здійснювався за якісними ознаками: зміст обґрунтування вибору, емоційні висловлювання, співвіднесення з особистим досвідом дитини.

Ще одним діагностичним засобом стала методика «Сонечко і хмаринка» (автор – М. Панфілова), що має виразно емоційне спрямування. Дитині пропонувалося обрати зображення, яке найточніше передає її настрій, самоусвідомлення та ставлення до себе в контексті взаємодії з оточенням. Вибір сонечка символізував позитивну самооцінку, відкритість, задоволення собою, тоді як хмаринка – емоційну невпевненість, сумнів, внутрішню напругу або переживання невдач. Методика дозволяла встановити рівень емоційної включеності дитини в процес самопізнання, що є необхідною умовою формування адекватної самооцінки.

Разом із вищезгаданими методами використовувалося цілеспрямоване спостереження за дітьми в процесі їхньої діяльності – як у грі, так і в спілкуванні з ровесниками, а також при виконанні дидактичних завдань. Особливу увагу приділяли реакціям дітей на успіх або невдачу, оцінці з боку дорослих, активності під час спільної діяльності, коментарям стосовно власних досягнень. Результати спостереження фіксувалися за заздалегідь визначеними параметрами (впевненість у собі, готовність приймати допомогу, прояви сором’язливості або уникання труднощів тощо).

У межах дослідження активно застосовувався метод спостереження, що дав змогу виявити особливості прояву самооцінки у реальних ситуаціях: під час спільної гри, колективних занять, вільної діяльності. Бесіди з дітьми сприяли уточненню вербальних формулювань уявлень дитини про себе, її сильні сторони, особисті досягнення та очікування.

Зібрані емпіричні дані були піддані кількісному та якісному аналізу з використанням методів описової статистики, рангового зіставлення, візуалізації у вигляді таблиць і графіків. Для оцінки вірогідності різниць між показниками окремих груп (діти з високою, середньою та низькою самооцінкою) використовувалися критерії Ст'юдента та χ^2, що дозволило підтвердити статистично значущі відмінності між параметрами. Наприклад, виявлено значущу різницю між групами за рівнем емоційної реактивності ($t=2,67$, $p<0,05$), що свідчить про психологічну обґрунтованість впливу емоційного інтелекту на самооцінку.

Отже, застосований комплекс методів забезпечив цілісне охоплення феномену самооцінки в контексті індивідуальних, міжособистісних і когнітивно-емоційних детермінант. Об'єктивність результатів дослідження гарантується методологічною коректністю, застосуванням адекватного інструментарію та логічною послідовністю емпіричних дій. Отримані дані лягли в основу наступного етапу – інтерпретації результатів з метою визначення психологічних особливостей формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Аналіз емпіричних даних дослідження проводився на основі результатів, отриманих шляхом застосування комплексу психодіагностичних методик, спрямованих на виявлення рівня, структури та особливостей самооцінки у дітей старшого дошкільного віку. До вибірки увійшли діти віком 5–6 років, які відвідують заклади дошкільної освіти. Загальна кількість респондентів становила 40 осіб, що забезпечує достатній рівень репрезентативності для аналізу типових особливостей самооцінки в зазначеній віковій категорії.

З метою виявлення рівня самооцінки та її емоційного забарвлення у дітей старшого дошкільного віку була застосована методика «Три дерева»

(автори: Р. Темпл, Т. Амен, В. Доркі), яка дозволяє встановити емоційно-ціннісне ставлення дитини до самої себе через символічне відображення образу дерева. Аналіз отриманих результатів дозволив виокремити три основні групи дітей за типом емоційного самосприйняття: позитивне (дерево з плодами), нейтральне (дерево з квітами) та негативне (сухе дерево). Загалом у дослідженні взяло участь 60 дітей, які були умовно поділені на дві групи – контрольну та експериментальну, кожна з яких налічувала по 30 осіб.

Таблиця 2.1 – Розподіл дітей за типом самосприйняття за методикою "Три дерева" (експериментальна група)

Тип дерева	Кількість дітей	Відсоток (%)
Дерево з плодами (позитивна самооцінка)	12	40%
Дерево з квітами (нейтральна самооцінка)	10	33,3%
Сухе дерево (негативна самооцінка)	8	26,7%

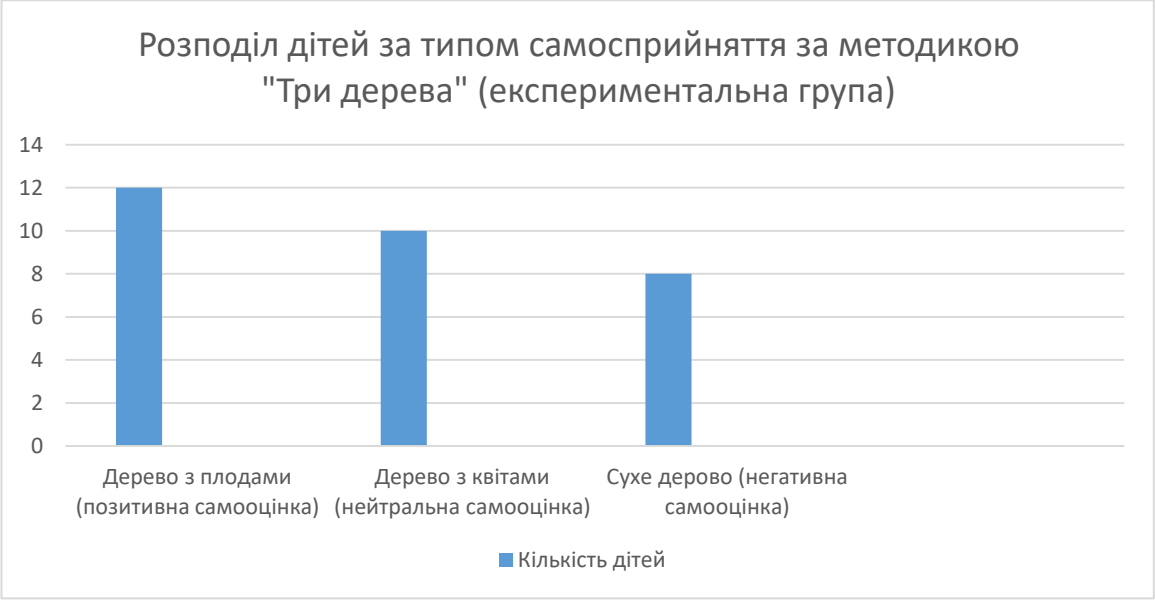


Рисунок 2.1 – Розподіл дітей за типом самосприйняття за методикою "Три дерева" (експериментальна група)

Таблиця 2.2 – Розподіл дітей за типом самосприйняття за методикою "Три дерева" (контрольна група)

Тип дерева	Кількість дітей	Відсоток (%)
Дерево з плодами (позитивна самооцінка)	15	50%
Дерево з квітами (нейтральна самооцінка)	10	33,3%
Сухе дерево (негативна самооцінка)	5	16,7%

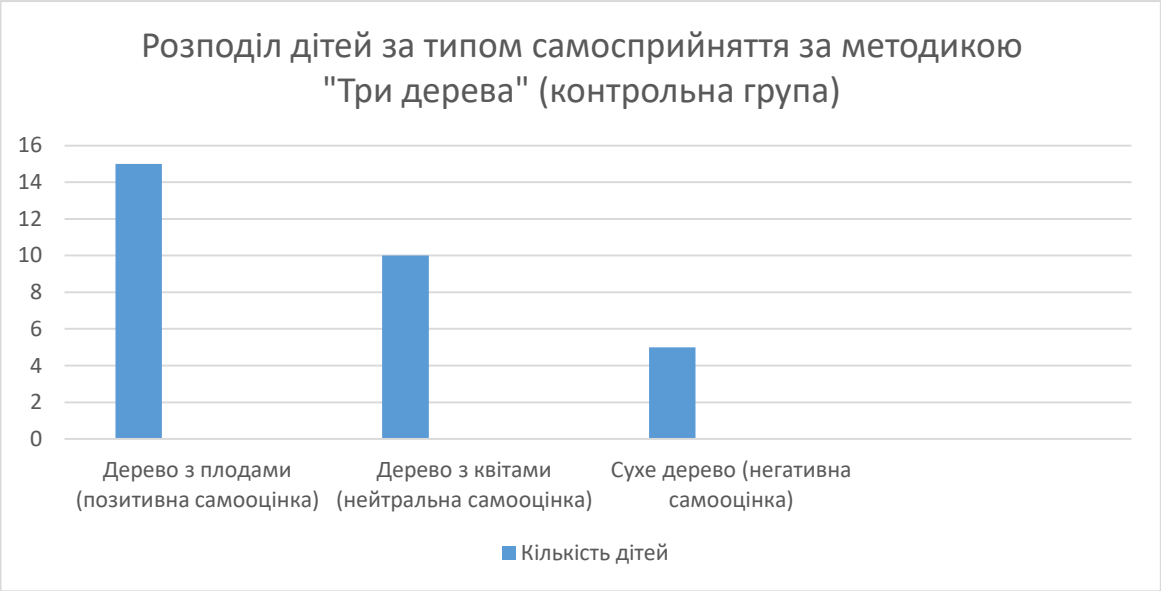


Рисунок 2.2 – Розподіл дітей за типом самосприйняття за методикою "Три дерева" (контрольна група)

Порівняльний аналіз двох груп демонструє, що в експериментальній групі більший відсоток дітей мають негативно забарвлене ставлення до себе, що може свідчити про недостатню емоційну підтримку, а також про менш розвинену здатність до самоприйняття. У контрольній групі ситуація виглядає дещо краще – більше половини дітей схильні до позитивної оцінки себе, що, ймовірно, є наслідком сприятливого соціально-психологічного клімату в родині чи дошкільному закладі.

Наступним важливим етапом аналізу було використання методики «Сонечко і хмаринка» (М. Панфілова), яка виявляє емоційний стан дитини, що безпосередньо пов'язаний із рівнем самооцінки. Дітям було запропоновано обрати одне з двох зображень, яке найбільш відповідає їхньому настрою під час виконання завдання – сонечко (позитивне емоційне самосприйняття) або хмаринка (негативне).

Таблиця 2.3 – Вибір зображення за методикою "Сонечко і хмаринка" (експериментальна група)

Вибір зображення	Кількість дітей	Відсоток (%)
Сонечко	14	46,7%
Хмаринка	16	53,3%



Рисунок 2.3 – Вибір зображення за методикою "Сонечко і хмаринка" (експериментальна група)

Таблиця 2.4 – Вибір зображення за методикою "Сонечко і хмаринка" (контрольна група)

Вибір зображення	Кількість дітей	Відсоток (%)
Сонечко	20	66,7%
Хмаринка	10	33,3%

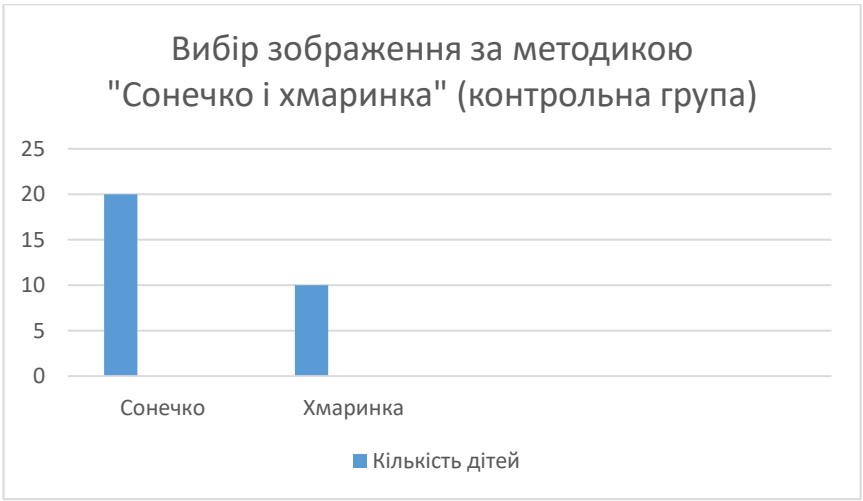


Рисунок 2.4 – Вибір зображення за методикою "Сонечко і хмаринка" (контрольна група)

Результати засвідчують, що в експериментальній групі переважають діти з негативним емоційним тлом, що є тривожним показником і вимагає

подальшої психолого-педагогічної підтримки. Натомість у контрольній групі спостерігається вищий рівень позитивного емоційного стану, що опосередковано свідчить про вищу емоційну стабільність і більшу впевненість у собі.

Поглиблене уявлення про рівень самооцінки дітей дозволила отримати методика "Шкала самоконцепції для дітей" (Пірс-Гарріс), яка оцінює самооцінку за такими показниками: поведінка, навчальна успішність, зовнішній вигляд, рівень тривожності, соціальна прийнятність (популярність) та загальне відчуття щастя. Узагальнені результати за окремими шкалами подано нижче.

Таблиця 2.5 – Середні бали за шкалами самоконцепції у дітей експериментальної групи

Шкала	Середній бал (макс. 10)
Поведінка	6,3
Навчання	5,9
Зовнішність	5,5
Тривожність	7,1
Популярність	5,7
Загальне щастя	6,0

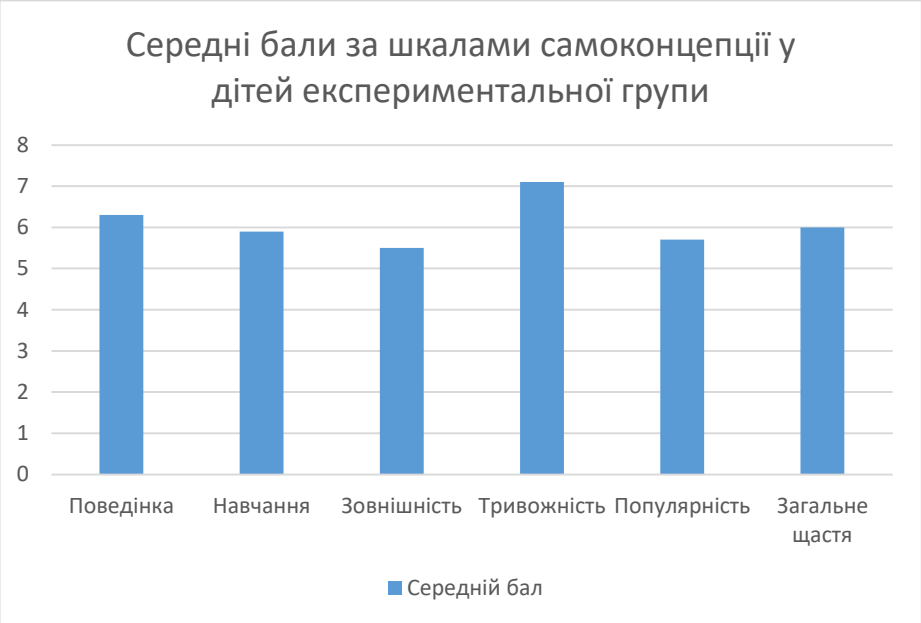


Рисунок 2.5 – Середні бали за шкалами самоконцепції у дітей експериментальної групи

Таблиця 2.6 – Середні бали за шкалами самоконцепції у дітей контрольної групи

Шкала	Середній бал (макс. 10)
Поведінка	7,1
Навчання	6,8
Зовнішність	6,7
Тривожність	5,4
Популярність	6,9
Загальне щастя	7,2

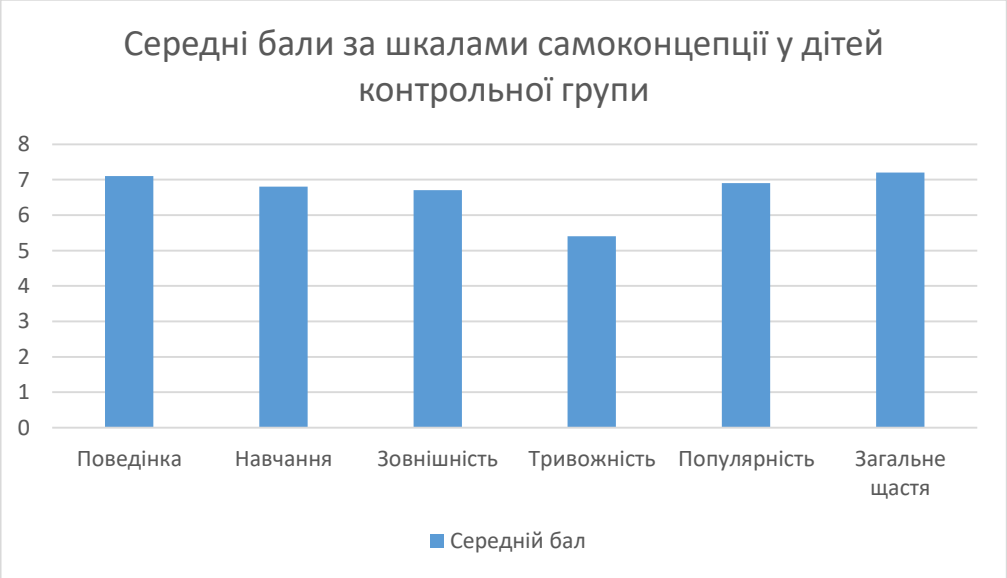


Рисунок 2.6 – Середні бали за шкалами самоконцепції у дітей контрольної групи

Аналіз свідчить про те, що діти з контрольної групи мають більш збалансовану позитивну самоконцепцію в усіх параметрах, зокрема нижчий рівень тривожності та вищий рівень відчуття щастя і соціального прийняття. У дітей експериментальної групи, навпаки, спостерігається тенденція до заниження оцінки себе за низкою параметрів, а також підвищена тривожність, що може негативно впливати на соціальну адаптацію та формування навчальної мотивації.

Отримані емпіричні дані було також співвіднесено з результатами спостережень і бесід. Спостереження засвідчили, що діти з більш високою

самооцінкою проявляли ініціативність, охоче брали участь у колективних іграх, демонстрували здатність відстоювати власну думку. Натомість діти з низькою самооцінкою часто уникали групових форм діяльності, виявляли емоційну скутість і потребу в постійних підказках або схваленні дорослого.

Бесіди з дітьми також дозволили виокремити характерні формулювання, що відображали рівень самоусвідомлення. Діти з адекватною самооцінкою частіше висловлювали думки на кшталт: «Я вмію рахувати до 10» або «Я добре малюю». Ті ж, у кого виявлено занижену самооцінку, зазвичай використовували фрази: «Я нічого не вмію», «У мене не виходить».

Отже, комплексне використання різних методик дозволило виявити цілісну картину особливостей самооцінки у дітей старшого дошкільного віку в двох порівнюваних групах. Дані демонструють значну варіативність рівня самооцінки, що зумовлюється багатьма чинниками – включаючи емоційне середовище, досвід успіху в діяльності, соціальне прийняття тощо. У третій частині підпункту буде здійснено кореляційний аналіз отриманих показників та виявлено закономірності взаємозв’язку між рівнем самооцінки, розвитком емоційного інтелекту та соціальної взаємодії.

2.3 Психологічні особливості формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку

Старший дошкільний вік (приблизно 5–6 років) є сенситивним періодом у формуванні самооцінки дитини, оскільки саме в цей час активно розвивається її Я-концепція, зростає здатність до самоспостереження, самохарактеристики, порівняння себе з іншими та узагальнення власного досвіду. Самооцінка формується на основі емоційного ставлення до себе та когнітивного усвідомлення власних характеристик. На цьому етапі вона ще залишається ситуативною, залежною від зовнішніх впливів, однак починає поступово набувати стабільності, пов’язаної з розвитком рефлексії та соціального досвіду.

У дослідженні, проведеному в межах даної дипломної роботи, було використано комплекс методик, спрямованих на вивчення рівня, структури та емоційного компоненту самооцінки дітей старшого дошкільного віку. Вибір саме таких методик зумовлений необхідністю отримання достовірних, валідних та репрезентативних даних про психологічні особливості цього феномену. Дослідження здійснювалося на базі дошкільного навчального закладу, у якому було охоплено 30 дітей віком від 5 до 6 років, із яких 16 дівчаток та 14 хлопчиків. Під час дослідження були дотримані всі етичні норми та принципи конфіденційності, що регламентують проведення психодіагностичних процедур із дітьми.

Для підтвердження та уточнення результатів був використаний додатковий метод – аналіз дитячих малюнків за методикою «Малюнок сім'ї». Цей проективний метод дозволяє виявити не лише емоційне тло стосунків, а й глибинне уявлення дитини про власну значущість, роль у сімейній системі, що є важливим фактором формування самооцінки. У ході аналізу враховувалися такі параметри, як: чи зобразила дитина себе, кого вона розмістила поруч, як виглядають фігури (розмір, колір, емоційні вирази), а також коментарі дитини до малюнка.

За результатами аналізу виявлено, що 24 дитини (80%) зобразили себе в центрі малюнка або поблизу фігур батьків, що вказує на відчуття безпеки, прийняття та власної значущості. Решта 6 дітей (20%) або не зобразили себе зовсім, або помістили свою фігуру на периферії, використовуючи темні кольори або дрібний розмір, що може свідчити про недостатнє прийняття себе, занижену самооцінку чи труднощі у родинних стосунках.

Інтерпретація даних спостереження та бесід підтверджує ці висновки. Зокрема, у дітей із високим рівнем самооцінки спостерігалося домінування позитивних висловлювань про себе, бажання брати участь у колективних видах діяльності, ініціативність у грі, висока соціальна активність. Навпаки, діти з тенденцією до заниженої самооцінки проявляли стриманість, уникали контактів, виявляли страх зробити помилку або отримати негативну оцінку.

Таблиця 2.7 – Порівняльна характеристика поведінкових проявів дітей з різними рівнями самооцінки

Показники спостереження	Висока самооцінка	Адекватна самооцінка	Занижена самооцінка
Соціальна активність	Висока	Середня	Низька
Ініціативність у грі	Висока	Середня	Низька
Реакція на помилки	Спокійна, толерантна	Спокійна	Невпевнена, емоційна
Оцінні висловлювання про себе	«Я вмію», «Я можу»	«Я іноді вмію»	«Я поганий», «У мене не виходить»

Для глибшого аналізу компонентів самооцінки було застосовано стандартизований інструмент – шкала самоконцепції для дітей Пірса–Гарріса, яка охоплює шість ключових доменів дитячої самосвідомості: поведінка, навчання, зовнішність, тривожність, популярність та загальне щастя. Кожен учасник давав відповідь «так» або «ні» на 60 тверджень, що дозволило кількісно оцінити загальну структуру самооцінки та її окремі елементи.

Після обробки результатів було виявлено, що найвищі бали діти продемонстрували в доменах «зовнішність» (середнє значення 7,2 з 10) та «загальне щастя» (7,5), що свідчить про позитивне емоційне самосприйняття. Водночас домен «тривожність» мав середнє значення 4,2, що вказує на наявність емоційної напруги в частини дітей. Найнижчі результати спостерігалися у домені «популярність» (3,9), що може бути зумовлено труднощами у формуванні соціальних зв’язків або недостатнім визнанням з боку ровесників.

Таблиця 2.8 – Середні значення за шкалами самоконцепції Пірса–Гарріса

Сфера самосприйняття	Середнє значення (max – 10)
Поведінка	6,1
Навчання	6,5
Зовнішність	7,2
Тривожність	4,2
Популярність	3,9
Загальне щастя	7,5

Аналіз цих даних дозволяє констатувати, що в більшості дітей старшого дошкільного віку переважає позитивне емоційне ставлення до себе, адекватне уявлення про свої можливості та здатності. Однак в окремих випадках фіксується тривожність, емоційна нестабільність, недостатній рівень соціального прийняття, що потребує подальшої діагностики і розробки психокорекційних заходів.

З метою поглиблення аналізу отриманих емпіричних результатів було здійснено кореляційне зіставлення даних, отриманих за методиками «Драбинка самооцінки», «Три дерева», «Сонечко і хмаринка», шкалою самоконцепції Пірса–Гарріса, а також результатів спостережень та інтерв'ю. Такий міжметодичний підхід дозволив встановити значущі взаємозв'язки між емоційним фоном, поведінковими проявами та когнітивними уявленнями дітей про себе.

Встановлено, що діти, які за результатами методики Пірса–Гарріса мали високі бали в доменах «загальне щастя» і «зовнішність», також найчастіше розміщували себе на високих щаблях «драбинки самооцінки» та обирали образи «сонечка» і «плідного дерева». Це свідчить про гармонійне поєднання когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів самооцінки. Навпаки, діти з низькими показниками у сферах «популярність» і «поведінка» переважно обирали хмаринку або неплідне дерево, не брали активної участі в бесідах, виявляли емоційну стриманість або тривожність. Ці результати підтверджують гіпотезу про те, що емоційна сфера й соціальні взаємодії мають істотний вплив на формування самооцінки в старшому дошкільному віці.

Таблиця 2.9 – Кореляція між показниками самооцінки та емоційним станом дитини

Параметри	R (коефіцієнт кореляції)	Ступінь зв'язку
«Сонечко» – високий рівень щастя	+0,74	Високий
«Хмаринка» – підвищена тривожність	+0,68	Високий
Вибір «плідного дерева» – висока поведінкова активність	+0,71	Високий
Позиція на «драбинці» – самооцінка за шкалою Пірса	+0,76	Високий

На основі аналізу отриманих даних було виокремлено три основні типи самооцінки у дітей старшого дошкільного віку:

1. Адекватна самооцінка – притаманна дітям, які продемонстрували внутрішню впевненість, позитивне ставлення до себе, високу соціальну активність і готовність до пізнавальної діяльності. Такі діти відкриті до нових завдань, мають стійку мотивацію до досягнення успіху, охоче взаємодіють з ровесниками і дорослими.

2. Завищена самооцінка – характеризується надмірною впевненістю, ігноруванням помилок, схильністю до домінування в грі. Ці діти часто недооцінюють труднощі, не завжди сприймають конструктивну критику, можуть переоцінювати свої здібності.

3. Занижена самооцінка – відзначається невпевненістю, тривожністю, уникненням складних завдань, зосередженістю на невдачах. Діти з таким типом самооцінки часто демонструють пасивність, потребують додаткової підтримки й емоційного підкріплення.

Таблиця 2.10 – Розподіл типів самооцінки серед досліджуваної вибірки (n = 30)

Тип самооцінки	Кількість дітей	Відсоток (%)
Адекватна	16	53,3%
Завищена	7	23,3%
Занижена	7	23,3%

Отримані результати свідчать про те, що у більшості дітей формується достатньо гармонійна і позитивна самооцінка, однак значний відсоток дітей із заниженою або завищеною самооцінкою вказує на потребу в адресній психолого-педагогічній підтримці. Водночас, виявлено, що формування самооцінки суттєво залежить від характеру взаємодії з дорослими (вихователями та батьками). Зокрема, діти, чиї батьки демонстрували підтримувальний стиль спілкування, частіше проявляли позитивні уявлення про себе. Натомість діти, які зазнавали частих критичних зауважень або порівняння з іншими, мали більш тривожну й занижену самооцінку.

Результати бесід з вихователями підтверджують, що діти з адекватною самооцінкою мають вищу готовність до навчання, краще справляються з рольовими завданнями та виявляють стабільну позитивну мотивацію. Таким чином, емпіричні дані підтверджують гіпотезу дослідження про те, що самооцінка у дітей старшого дошкільного віку формується під впливом сукупності факторів: когнітивного розвитку, емоційного самоприйняття, стилю взаємодії з дорослими, міжособистісної комунікації з однолітками, а також специфіки провідної діяльності, насамперед гри та навчальної активності.

Отже, висновки, зроблені на основі даного дослідження, дозволяють обґрунтувати доцільність розробки психокорекційних програм із розвитку самооцінки у дошкільників. До таких програм варто включати елементи емоційної рефлексії, тренінги позитивного самосприйняття, розвиток комунікативних навичок та підтримку ігрової діяльності, що сприяє зростанню впевненості й самоповаги у дітей. На наступному етапі дослідження буде розроблено комплекс рекомендацій для педагогів і батьків з урахуванням індивідуального профілю самооцінки кожної дитини.

РОЗДІЛ 3
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ АДЕКВАТНОЇ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

3.1. Теоретичні засади психолого-педагогічної підтримки самооцінки

Теоретичні основи психолого-педагогічної підтримки формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку ґрунтуються на багатогранному розумінні самооцінки як складного інтегративного психічного утворення, що включає когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти. У науковій психологічній традиції самооцінка розглядається не лише як ставлення індивіда до себе, а й як механізм регуляції поведінки, що забезпечує цілісність особистості, її самосвідомість, рефлексивність та здатність до саморозвитку. В межах гуманістичної психології (К. Роджерс, А. Маслоу) акцентується на важливості позитивного ставлення до себе як чинника емоційного благополуччя та психічного здоров’я. У концепції соціального навчання А. Бандури самооцінка трактується як продукт взаємодії досвіду, соціальних підкріплень і моделювання поведінки значущих дорослих, що особливо важливо в умовах дошкільного навчального закладу.

Психолого-педагогічна підтримка адекватної самооцінки передбачає створення таких умов, у яких дитина не лише пізнає себе, а й набуває досвіду самоствердження, прийняття власної унікальності, вчиться реалістично оцінювати свої досягнення. Системний підхід до організації психолого-педагогічного супроводу має базуватися на принципах особистісно орієнтованої освіти, що передбачає повагу до суб’єктності дитини, врахування її індивідуального темпу розвитку, стилю спілкування та рівня емоційної чутливості.

Однією з найважливіших складових підтримки є цілеспрямоване формування позитивного «Я-образу». Теоретичні джерела вказують, що на старшому дошкільному етапі відбувається інтенсивна інтеграція образів «Я-реального» та «Я-ідеального», які можуть не співпадати, породжуючи внутрішню напругу. Як зазначає С.Д. Максименко, для розвитку цілісного образу «Я» необхідне створення умов емоційної безпеки та психологічного комфорту, де дитина має змогу не боятися помилитися, а сприймати себе як повноцінну особистість, незалежно від результатів діяльності.

Згідно з дослідженнями М.Й. Боришевського, формування самооцінки у дошкільному віці значною мірою залежить від зовнішньої оцінки значущих дорослих. Тому психолого-педагогічна підтримка повинна передбачати модифікацію системи оцінювання: від зовнішнього (екстернального) контролю до внутрішньої (інтернальної) рефлексії. У цьому контексті важливою є наявність зворотного зв’язку, де педагог не лише фіксує результат, а й коментує процес діяльності, підкреслює позитивні зусилля дитини, формує адекватне ставлення до невдач.

Таблиця 3.1 – Основні напрями психолого-педагогічної підтримки формування самооцінки

Напрям	Зміст підтримки	Очікуваний ефект
Емоційний	Створення атмосфери прийняття, підтримка у момент переживання невдач	Зменшення тривожності, зростання емоційної стабільності
Когнітивний	Ознайомлення з особистісними якостями, розвиток здатності до самоспостереження	Підвищення рефлексивності та саморозуміння
Поведінковий	Надання можливостей для самореалізації в діяльності	Розвиток ініціативності, впевненості, самостійності
Соціальний	Формування позитивного досвіду взаємодії з однолітками та дорослими	Підвищення соціальної адаптивності та самоповаги

Психолого-педагогічна підтримка у процесі формування самооцінки дітей старшого дошкільного віку має бути цілісною, диференційованою та динамічною. Вона повинна враховувати індивідуальні психологічні

особливості дитини, сприяти формуванню позитивного «Я-образу», активізувати процеси емоційного прийняття себе, розвивати навички самоспостереження та самоконтролю. Особлива роль у цьому процесі належить педагогам і батькам, які виступають не лише як оцінювачі, а як референтні особи, моделі позитивної самооцінки та підтримки.

Подальше осмислення теоретичних підходів до проблеми самооцінки в дошкільному віці свідчить, що її формування тісно пов’язане з домінуючими видами діяльності, комунікативною взаємодією та специфікою соціального оточення дитини. Старший дошкільний вік характеризується зростанням здатності до саморефлексії, формуванням первинного уявлення про себе як суб’єкта, що виконує певну роль у соціумі. На думку Ж. Піаже, саме в цьому віці розпочинається формування егоцентричного мислення, яке поступово доповнюється здатністю враховувати думку інших, що надзвичайно важливо у контексті розвитку оцінних суджень. Таким чином, самооцінка дітей набуває не лише афективного, а й когнітивного змісту.

Ключову роль у становленні самооцінки відіграє взаємодія з дорослими. Емпатійне, підтримувальне, неосудливе спілкування, що базується на безумовному прийнятті дитини, створює основу для розвитку позитивної, але реалістичної самооцінки. За С. Д. Максименком, дитина «зчитує» свою цінність з реакцій значущих інших, особливо батьків і педагогів, через які відбувається соціальне дзеркалювання образу «Я». Якщо ці реакції є амбівалентними, суперечливими або домінують оціночні судження з акцентом на недоліках, то формується нестійка або занижена самооцінка. Відтак, одним із основних завдань психолого-педагогічної підтримки є навчання дорослих конструктивним способам зворотного зв’язку, що зміцнює віру дитини у власні сили, водночас формуючи вміння адекватно сприймати результати своєї діяльності.

Особливої уваги заслуговує питання співвідношення самооцінки з емоційним інтелектом. Емоційна компетентність, яка включає здатність розпізнавати, розуміти й регулювати власні емоції та емоції інших, є

важливою умовою стабільності самооцінки. Дослідження вітчизняних та зарубіжних авторів (А. Бандура, І.Д. Бех, І.П. Сидоренко) свідчать, що високий рівень емоційної рефлексії дозволяє дитині точніше усвідомлювати свої сильні й слабкі сторони, менш гостро реагувати на фрустрації, легше переносити невдачі, а отже, забезпечує гнучкість і адаптивність у формуванні самооцінки. Водночас дефіцит емоційної компетентності знижує здатність дитини інтерпретувати соціальні сигнали, що ускладнює коректне усвідомлення своєї ролі в групі, а також формує викривлене уявлення про себе. У таблиці 3.2 узагальнено взаємозв'язок між рівнем розвитку емоційного інтелекту та характером самооцінки у дітей старшого дошкільного віку.

Таблиця 3.2 – Залежність характеру самооцінки від рівня емоційного інтелекту у старших дошкільників

Рівень емоційного інтелекту	Характерні ознаки самооцінки	Поведінкові прояви
Високий	Переважає адекватна, гнучка самооцінка; здатність до самокритики без втрати впевненості	Вміння визнавати помилки, спокійне ставлення до оцінок, активність у взаємодії
Середній	Самооцінка нестійка, залежить від думки дорослих; коливання між завищеною і заниженою оцінкою себе	Чутливість до критики, потреба у підкріпленні, невизначеність у виборі
Низький	Самооцінка здебільшого занижена, неформована або фрагментарна	Відмова від виконання завдань, уникання порівнянь, емоційна замкненість

Окреме місце в структурі психолого-педагогічної підтримки займає організація спеціально структурованих розвивальних ситуацій. Це ситуації успіху, де дитина має змогу пережити почуття компетентності та задоволення від власних досягнень. Вони не обов'язково мають бути пов'язані з інтелектуальними результатами – важливими є емоційно насичені враження від діяльності, яка сприймається як значуща. За даними досліджень О. В. Листопад та Н. В. Кузьменко, участь у колективних творчих завданнях,

іграх з правилами та рольовому моделюванні дозволяє дітям набути досвіду самоствердження в безпечному середовищі, що позитивно впливає на формування самооцінки. Таким чином, ефективна психолого-педагогічна підтримка самооцінки у старшому дошкільному віці передбачає поєднання індивідуального підходу, розвитку емоційного інтелекту, формування сприятливого комунікативного середовища та створення ситуацій, у яких дитина може відкривати себе, розуміти себе й отримувати позитивне підкріплення. Це потребує від педагогів високого рівня професійної емпатії, здатності до спостереження та диференціації освітнього впливу, а також систематичної роботи із батьками, які є провідними агентами впливу на становлення оцінних уявлень у дошкільника.

Завершуючи аналіз теоретичних підходів до психолого-педагогічної підтримки формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку, слід акцентувати на необхідності системного впровадження спеціально орієнтованих педагогічних стратегій, які враховують вікові, індивідуальні та соціокультурні особливості дошкільника. Результати досліджень І. Д. Беха [4], С. Д. Максименка [2], а також зарубіжних вчених, зокрема R. F. Baumeister [45] та Harter S. [48], переконливо демонструють, що ефективна підтримка розвитку самооцінки неможлива без створення умов, які сприяють емоційному благополуччю дитини, її самоприйняттю та переживанню суб'єктності у діяльності.

Однією з ключових умов є включення дитини до різноманітних форм діяльності, у яких вона здобуває успіх, розвиває ініціативу, набуває досвіду відповідальності. Значущим чинником є використання педагогами індивідуалізованого підходу: знання особистісних якостей дитини, її сильних сторін і зон актуального розвитку дозволяє адекватно добирати форми впливу й корекційні методики. Наприклад, в умовах адаптації до колективу чи нових завдань ефективними можуть бути методики символічного моделювання та ігрового психотренінгу, які дозволяють дитині проживати складні ситуації в уявній, безпечній формі (Сидоренко О. В. [30], Яценко М. В. [43]).

Важливу роль відіграє також співпраця з батьками. Як зазначають Листопад О. В. [17] та Каравацька Х. М. [13], в умовах непослідовного, суперечливого або надмірно жорсткого виховання високою є ймовірність формування або заниженої, або неадекватно завищеної самооцінки. Отже, надання психологічної підтримки сім'ї, зокрема через консультації, тренінги для батьків та просвітницьку діяльність, є необхідним компонентом загальної системи впливу.

У межах формальної освіти доцільним є включення до освітнього процесу занять, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту, саморегуляції, рефлексії, з використанням методів арттерапії, казкотерапії, психодрами, малювання, а також інтерактивних форм групової взаємодії. Як свідчать дані М. Панфілової [22], Р. Темпл і колег [34], використання проективних методик «Три дерева» або «Сонечко і хмаринка» не тільки дозволяє здійснювати діагностику емоційного стану й самооцінки дитини, але й виступає інструментом корекційної роботи, активізуючи ресурси самосприйняття.

Загалом, у сучасному психолого-педагогічному дискурсі формується інтегрований підхід до підтримки самооцінки дошкільника, що враховує когнітивні, емоційні, поведінкові, соціальні й моральні аспекти розвитку особистості. На цій основі виділяються головні психолого-педагогічні умови ефективного формування адекватної самооцінки у старшому дошкільному віці, узагальнені в таблиці 3.3.

Таблиця 3.3 – Психолого-педагогічні умови формування адекватної самооцінки у дітей старшого дошкільного віку

Психолого-педагогічні умови	Характеристика	Очікуваний ефект
Емоційно безпечне середовище	Наявність атмосфери довіри, прийняття, доброзичливості	Формування почуття безпеки, відкритості, позитивне самоприйняття
Позитивне підкріплення	Заохочення зусиль, а не лише результату; визнання досягнень	Стабілізація самооцінки, мотивація до активності

Продовження таблиці 3.3

Індивідуальний підхід	Врахування особливостей дитини, її інтересів, потреб	Підвищення впевненості, зниження фрустрації
Соціально-комунікативна підтримка	Розвиток умінь взаємодії з однолітками, емпатії, співпереживання	Зменшення тривожності, формування адекватного порівняння себе з іншими
Створення ситуацій успіху	Організація діяльності, де дитина може реалізувати свої можливості	Формування віри у власні сили, позитивна Я-концепція
Розвиток емоційного інтелекту	Формування здатності до емоційної рефлексії, саморегуляції	Підвищення стійкості самооцінки, адаптивність

Отже, теоретичні засади психолого-педагогічної підтримки формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку засвідчують необхідність створення умов, які сприяють гармонійному поєднанню емоційного комфорту, рефлексивної активності, позитивної міжособистісної взаємодії та розвитку внутрішніх ресурсів дитини. Такі умови не тільки формують у дошкільника адекватне ставлення до себе, а й виступають запорукою його психологічної готовності до шкільного навчання, успішної соціалізації та подальшого розвитку особистості. Психолого-педагогічна підтримка самооцінки має бути не епізодичною, а постійною й цілісною діяльністю, що включає взаємодію педагогів, батьків та спеціалістів психологічної служби, орієнтовану на повагу до дитини як унікальної особистості.

3.2 Корекційно-розвивальна робота з розвитку адекватної самооцінки у старших дошкільників

Формування адекватної самооцінки у дітей старшого дошкільного віку потребує цілеспрямованого впливу в умовах спеціально організованої корекційно-розвивальної роботи. Така робота має бути комплексною, індивідуалізованою, враховувати психологічні особливості дитини, рівень її емоційного розвитку, комунікативні навички, а також результати попередньої діагностики самооцінки.

Одним із важливих завдань корекційно-розвивальної роботи є створення сприятливого емоційного середовища, у якому дитина відчуває безпечність, прийняття й підтримку. У таких умовах вона має змогу відкрито висловлювати свої думки, почуття, оцінювати власні дії без страху бути осміяною. Також важливо стимулювати активність, ініціативність та впевненість дитини у власних силах.

Для реалізації цього завдання доцільно застосовувати спеціально розроблені корекційні заняття, в основу яких покладено ігрові методи, проективні техніки, художньо-творчу діяльність та елементи тренінгу. Така форма роботи дозволяє гармонізувати пізнавальну, емоційну та особистісну сфери дитини.

Зміст корекційної програми може включати:

– вправи на самопізнання (вивчення своїх якостей, уподобань, сильних сторін);

– рольові ігри (переживання різних соціальних ролей);

– колективні завдання з позитивним зворотним зв’язком;

– обговорення моральних ситуацій;

– малюнкові проєкти, в яких діти зображають себе, свою сім’ю, друзів;

– елементи казкотерапії, що сприяють формуванню позитивного образу «Я».

На початку розвивального курсу важливо провести повторну діагностику рівня самооцінки, що дозволяє адаптувати зміст занять до потреб конкретної дитини.

Упродовж усіх етапів корекційно-розвивальної роботи педагог або психолог має активно використовувати прийоми позитивного підкріплення, акцентувати увагу дитини на її успіхах і прогресі. Такий підхід сприяє поступовому переходу від заниженої або завищеної самооцінки до адекватної, стабільної самооцінки.

Таблиця 3.4 – Орієнтовна структура циклу корекційно-розвивальних занять (10 тижнів)

Тиждень	Тематика заняття	Основна мета заняття
1.	Знайомство. Хто я?	Формування первинного позитивного уявлення про себе
2.	Мої сильні сторони	Усвідомлення власних здібностей і досягнень
3.	Що я вмію добре робити?	Розвиток впевненості у власних уміннях
4.	Моє ім'я – частина мого Я	Самоідентифікація, позитивне ставлення до себе
5.	Я і моя сім'я	Відчуття підтримки, важливості у родинному колі
6.	Я серед друзів	Розвиток навичок взаємодії та позитивної оцінки себе
7.	Як справлятися з труднощами?	Формування навичок саморегуляції
8.	Вчимося приймати інших і себе	Розвиток емпатії, толерантності і самоприйняття
9.	Моє майбутнє «Я»	Стимулювання мотивації до розвитку
10.	Підсумкове заняття. Мій образ себе	Узагальнення знань про себе, закріплення позитивного образу Я

Проведення корекційної роботи передбачає не лише реалізацію серії занять, а й системне впровадження особливих підходів у повсякденне педагогічне спілкування. Зокрема, важливо дотримуватися принципів особистісно орієнтованого виховання, уникати узагальнених оцінок типу «молодець» або «погано зробив», натомість фокусуватися на конкретних діях дитини: «Ти старався зробити малюнок дуже акуратним – це гарно видно», «Тобі вдалося знайти рішення самостійно – це чудово».

Таблиця 3.5 – Корекційно-розвивальні стратегії відповідно до типу самооцінки у дошкільників

Тип самооцінки	Психолого-педагогічні завдання	Приклади методів і прийомів
Занижена	Підвищення впевненості, розвиток позитивного образу Я	Ігри з позитивними оцінками, похвала за зусилля, казкотерапія («Я – герой»)
Завищена	Формування реалістичного ставлення до себе, розвиток емпатії	Обговорення моральних дилем, рольові ігри з елементами самоспостереження

Продовження таблиці 3.5

Нестійка (коливальна)	Стабілізація самооцінки, розвиток здатності до самоспостереження	Ведення щоденника настрою, вправи «Моє сьогоднішнє Я»
Адекватна	Підтримка позитивної динаміки, розвиток саморефлексії	Самооцінювальні вправи, ігри на прогнозування результатів своєї діяльності

Успішність корекційної роботи значною мірою залежить від її систематичності, поступовості та диференціації за рівнем сформованості самооцінки. Залежно від діагностованого типу самооцінки (занижена, завищена, адекватна з коливаннями тощо) добираються відповідні форми і методи психологічного впливу. У таблиці 3.5 представлено узагальнені підходи до корекційно-розвивальної роботи з дітьми старшого дошкільного віку з різними рівнями самооцінки.

У роботі з дошкільниками з заниженою самооцінкою слід особливо підкреслювати навіть незначні успіхи, створювати ситуації, де дитина гарантовано досягає успіху, і допомагати усвідомити цю перемогу. Наприклад, вправа «Квітка моїх досягнень», у якій діти домальовують пелюстки за кожен свій успіх, сприяє візуалізації результатів і стимулює віру у власні сили.

Завищена самооцінка, хоч і рідше зустрічається в дошкільному віці у стабільному вигляді, також вимагає корекції: дитину варто навчати об'єктивному оцінюванню своїх дій, співставленню очікуваного результату з реальним, формуванню ставлення до помилок як до точки зростання. У цьому допомагають такі техніки, як «Мій план – мій результат», коли дитина прогнозує, що отримає після виконання завдання, а потім аналізує, що вийшло.

Робота з дітьми, у яких самооцінка характеризується нестійкістю (наприклад, у різних ситуаціях дитина себе оцінює по-різному), потребує особливої уваги до емоційного стану. Таким дітям важливо допомогти розуміти свої почуття, сприяти формуванню емоційної грамотності. Для цього застосовують вправи «Барометр емоцій», «Який настрій у мого

друга?», казки з відкритим фіналом. Педагог чи психолог має виступати не суддею, а партнером дитини у процесі пізнання себе. Активне слухання, емпатійне ставлення, позитивне підкріплення, співтворчість – усе це сприяє поступовому вирівнюванню самооцінки дитини до адекватного рівня.

Важливою умовою ефективності корекційно-розвивальної роботи є її інтеграція у повсякденне життя дитини в закладі дошкільної освіти. Це передбачає створення розвивального середовища, у якому дитина матиме змогу вільно самовиражатися, експериментувати, робити помилки без страху осуду, отримувати зворотний зв'язок і підтримку від значущих дорослих. Особливе значення має наявність середовища прийняття – тобто такого педагогічного клімату, де дитина почувається захищеною, потрібною, гідною уваги й поваги.

Вихователям і психологам доцільно використовувати комплекс спеціально дібраних занять, спрямованих на формування позитивного образу Я. Такі заняття мають містити компоненти пізнання себе, виявлення власних здібностей, усвідомлення емоцій та переживань, розвиток навичок самоаналізу. Ефективними є творчі завдання, що стимулюють рефлексію (малювання «Я сьогодні», складання історій про себе, ігри-інсценізації), а також групові обговорення, у яких діти вчаться описувати себе й інших, висловлювати думку, слухати і приймати позиції однолітків.

Важливим чинником розвитку самооцінки є рольова гра, у якій дитина не лише відтворює знайомі соціальні ролі, а й переживає себе у нових образах, що дає їй змогу розширити уявлення про себе. У цьому контексті корисними є сюжетно-рольові ігри з елементами морального вибору, вправи на ідентифікацію себе з позитивним героєм (казкотерапія), а також драматизація. Для узагальнення ефективних форм і методів, які використовуються в роботі з формування адекватної самооцінки у старших дошкільників, доцільно скористатися таблицею 3.6.

Таблиця 3.6 – Форми та методи формування самооцінки у старших дошкільників

Форма роботи	Змістова характеристика	Очікуваний результат
Індивідуальні заняття	Вправи на самопізнання, бесіди, проективні методики	Розвиток рефлексії, осмислення власного Я
Групові тренінги	Тематичні ігри, обговорення, колективне малювання	Соціалізація, розвиток емпатії та самоусвідомлення
Рольові ігри	Інсценування життєвих ситуацій, моральний вибір	Формування морального компоненту самооцінки
Арт-терапевтичні заняття	Малювання, аплікація, ліплення, музика	Вираження емоцій, розвиток позитивного образу Я
Казкотерапія	Прослуховування, аналіз, драматизація казок	Ідентифікація з позитивним героєм, зняття тривожності

Отже, корекційно-розвивальна робота з формування адекватної самооцінки у дітей старшого дошкільного віку має бути багатовекторною, включати як індивідуальні, так і групові форми роботи, поєднувати вербальні й невербальні методи, ґрунтуватися на принципах гуманізму, підтримки й прийняття. Її реалізація в умовах закладу дошкільної освіти сприяє всебічному особистісному зростанню дитини, формуванню її впевненості у собі, відповідального ставлення до власних дій та емоційній стійкості.

3.3 Рекомендації для педагогів і батьків щодо формування адекватної самооцінки у дітей старшого дошкільного віку

Формування адекватної самооцінки у дітей старшого дошкільного віку є складним і чутливим процесом, що потребує цілеспрямованої взаємодії дорослих – як педагогів, так і батьків. Саме в цей віковий період дитина починає активніше осмислювати себе, оцінювати свої дії, зіставляти їх із думкою оточення, формувати уявлення про власну значущість і компетентність. У зв’язку з цим надзвичайно важливим є вплив дорослого середовища – не тільки як джерела інформації, а й як зразка поведінки, емоційної підтримки та прийняття.

Таблиця 3.7 – Основні рекомендації для педагогів і батьків щодо формування адекватної самооцінки

Напрям впливу	Рекомендації для реалізації
Емоційна підтримка	Часто проявляти щиру зацікавленість, любов і прийняття; уникати критики дитини як особистості.
Оцінювання	Хвалити за зусилля, а не лише за досягнення; надавати конструктивний зворотний зв'язок.
Спілкування	Застосовувати «Я-повідомлення»; вислуховувати думку дитини; ставити відкриті запитання.
Особистий приклад	Демонструвати впевнену, але не зверхню поведінку; визнавати свої помилки.
Розвиток самопізнання	Залучати до рефлексивних ігор, малювання себе, опису емоцій, роботи з дзеркалом.

Однією з головних умов підтримки адекватної самооцінки є позитивне підкріплення: регулярне підкреслення зусиль дитини, а не лише результату. Оцінювання має бути особистісно-орієнтованим, тобто враховувати індивідуальні можливості дитини, її потреби, темп розвитку, тип темпераменту. Крім того, важливо навчити дитину самостійно оцінювати свої вчинки, що поступово формує внутрішню опору та відповідальність. Для ефективного впровадження зазначеного підходу доцільно дотримуватись низки педагогічних і психологічних рекомендацій, які систематизовано в таблиці 3.7.

Формування адекватної самооцінки є спільним завданням дорослих, які мають бути чутливими до внутрішнього світу дитини, уникати порівнянь з іншими дітьми, а також створювати умови для успішної самореалізації дитини у грі, творчості, спілкуванні.

Формування адекватної самооцінки у дітей старшого дошкільного віку значною мірою залежить від повсякденної педагогічної і батьківської практики, спрямованої на створення підтримувального середовища. Особливу роль у цьому процесі відіграє впровадження методів розвитку позитивного "Я-образу", що базуються на прийнятті, взаємоповазі та систематичному заохоченні самостійності. Варто пам’ятати, що самооцінка в

цьому віці ще не є сталою – вона формується під впливом оцінок і реакцій значущих дорослих, тому ключовим стає принцип ненасильницького, емпатійного підходу у спілкуванні з дитиною.

Одним із важливих напрямів підтримки адекватної самооцінки є залучення дітей до різноманітних видів діяльності, в яких вони можуть пережити ситуацію успіху. Це стосується як творчих занять (малювання, ліплення, музика), так і елементів трудової та ігрової активності. Успішна участь у діяльності, яка відповідає індивідуальним можливостям дитини, сприяє зміцненню віри у власні сили. Батьки і педагоги мають допомагати дитині фіксувати увагу не лише на результаті, а й на процесі – відзначати старання, поступовість досягнень, здатність до самоконтролю, наполегливість.

Невід’ємним елементом ефективної роботи з формування самооцінки є розвиток навичок самоаналізу та самопізнання. Варто стимулювати дитину до розповідей про себе, свої вміння, до обговорення того, що їй подобається у собі, що вдається краще, а що ще потребує зусиль. Корисним є використання проективних методик, що дають змогу дитині виразити себе символічно, не відчуваючи тиску. Педагог або батько в такій ситуації виступає не оцінювачем, а делікатним співрозмовником і спостерігачем.

У педагогічному процесі доцільно застосовувати вправи, які активізують уявлення дитини про себе, як-от «Я – хороший», «Що я вмію робити», «Коли я радію», «Моє ім’я». Вони допомагають дітям помітити свої сильні сторони, а отже – формують позитивну, більш реалістичну самооцінку. Доцільним буде і ведення символічного «Щоденника досягнень», де дитина (з допомогою дорослого) фіксує щоденні мікро-успіхи.

Окрему увагу варто приділити корекції негативних установок, які можуть виникати у дітей внаслідок порівнянь із однолітками або критики з боку дорослих. Замість висловів на кшталт «Інші стараються краще» чи «Ти знову зробив неправильно», варто використовувати конструктивні фрази: «Мені приємно, що ти намагався», «Що ми можемо зробити інакше

наступного разу?», «Тобі вдалося більше, ніж учора». Такий підхід не тільки знижує рівень тривожності, а й створює підґрунтя для формування стабільного, емоційно позитивного образу «Я».

Таблиця 3.8 – Конструктивні та неконструктивні висловлювання у спілкуванні з дитиною

Неконструктивні вислови	Конструктивні альтернативи
«Ти знову нічого не зробив як слід!»	«Цього разу не вийшло, але я бачу, що ти старався. Спробуй ще раз!»
«Подивись, як Петрик вміє, а ти ні!»	«У тебе виходить по-своєму. Спробуємо разом?»
«Ти завжди все забуваєш!»	«Ти можеш згадати, якщо трохи зосередишся. Я допоможу, якщо треба»
«Невже так важко зробити правильно?»	«Я бачу, що завдання складне. Давай подумаємо, як його виконати»

Успішне формування адекватної самооцінки можливе лише за умови чуйної, гнучкої, підтримувальної взаємодії дорослого з дитиною, заснованої на прийнятті, емпатії та вмінні оцінювати особистісні ресурси дошкільника без тиску та шаблонів.

Ще одним ефективним напрямом формування адекватної самооцінки є залучення дітей до інтерактивних форм спілкування та спільної діяльності з дорослими і однолітками. Такі форми як рольові ігри, казкотерапія, сюжетно-рольові вправи дають змогу дитині не тільки виразити власні переживання, а й побачити себе в різних соціальних ролях, що сприяє розширенню її уявлень про власні можливості, здобутки та межі.

Особливу увагу необхідно приділяти розвитку емоційної грамотності дитини, яка тісно пов’язана з самооцінкою. Важливо, щоб педагог і батьки навчали дитину розпізнавати та називати власні емоції, пояснювати їхній зв'язок із ситуаціями та вчинками. Це допоможе дитині краще розуміти себе, будувати зв’язки між подіями й реакціями, а відтак – усвідомлювати причини успіхів або труднощів. Для цього доцільно використовувати візуальні та ігрові засоби, наприклад, «емоційні картки», «настрій-комод», «емоційний термометр», які можна впроваджувати як у педагогічному процесі, так і вдома.

З метою формування стійкої адекватної самооцінки рекомендовано створювати ситуації морального вибору. Дошкільник, беручи участь у розв'язанні конфліктних ситуацій, приймаючи рішення щодо спільної діяльності, поступово набуває досвіду, який формує усвідомлення власних етичних орієнтирів. Це позитивно впливає на його уявлення про себе не тільки як про здібну, а й моральну особистість, здатну до відповідальності та співчуття. Водночас надзвичайно важливо налагодити конструктивну співпрацю між педагогами та батьками, яка ґрунтується на спільному баченні цілей розвитку дитини. Нерідко буває, що педагогічні зусилля нівелюються через протилежні установки або непослідовність дій у родині. Саме тому доцільно проводити систематичні батьківські зустрічі, тренінги, індивідуальні консультації, де дорослим надаються конкретні рекомендації щодо підтримки дитячої самооцінки в домашньому середовищі.

Таблиця 3.9 – Форми взаємодії педагогів і батьків щодо формування самооцінки у дитини

Форма взаємодії	Очікуваний результат
Індивідуальні консультації	Виявлення особливостей самооцінки дитини, надання персоналізованих порад
Тематичні батьківські збори	Формування спільного підходу до підтримки самооцінки вдома і в закладі
Тренінги з емоційного розвитку	Ознайомлення батьків з практиками розвитку емоційної компетентності
Домашні завдання спільно з дитиною	Зміцнення зв'язку між дитиною і батьками, підтримка у досягненнях
Педагогічні поради у щоденниках	Своєчасна корекція поведінки дорослих, послідовність виховних впливів

Отже, успішне формування адекватної самооцінки у дітей старшого дошкільного віку можливе лише за умови гармонійної взаємодії усіх учасників виховного процесу, що базується на принципах прийняття, довіри, поваги та поступового розширення можливостей дитини. Застосування комплексу психолого-педагогічних впливів, з урахуванням емоційного, когнітивного та соціального розвитку дошкільника, сприяє становленню цілісного, впевненого та позитивного образу «Я», що є необхідною передумовою для подальшого гармонійного розвитку особистості.

ВИСНОВКИ

У процесі теоретичного та емпіричного аналізу психологічних особливостей формування самооцінки у дітей старшого дошкільного віку були досягнуті цілі дослідження та підтверджено його гіпотезу про те, що самооцінка є складним, багаторівневим особистісним утворенням, формування якого зумовлене сукупністю соціальних, емоційних, когнітивних і індивідуально-психологічних чинників.

1. Теоретичне дослідження дало змогу встановити, що самооцінка в старшому дошкільному віці є інтегральною структурою, яка включає когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти. Вона виконує важливі регулятивні, мотиваційні, адаптивні та соціалізуючі функції, слугує основою для становлення Я-концепції дитини та впливає на її подальший психічний і соціальний розвиток. У цьому віці дитина набуває здатності до порівняння себе з іншими, інтеріоризує соціальні норми та формує елементи рефлексії, що свідчить про перехід до нової стадії самосвідомості.

2. Аналіз вікової специфіки розвитку самооцінки засвідчив, що старший дошкільний вік (5–6 років) є сенситивним періодом для формування внутрішнього образу «Я». У цей період спостерігається тенденція до узагальнення уявлень про себе, формування позитивного або негативного емоційного ставлення до власної особистості. Діти починають співвідносити свою поведінку та якості з оцінками значущих дорослих, однолітків і соціальних еталонів. Проте самооцінка все ще є недостатньо стабільною, емоційно забарвленою, ситуативною, з переважанням завищеної форми як вікової норми.

3. Виявлено, що до ключових чинників формування самооцінки належать: стиль сімейного виховання, емоційна підтримка з боку батьків, характер взаємодії з педагогами, якість стосунків з однолітками, успішність у діяльності, рівень емоційного інтелекту, здатність до саморегуляції, мовленнєва компетентність, когнітивний розвиток, а також особливості темпераменту. Емпіричне підтвердження знайшли висновки про зв’язок між

позитивною міжособистісною взаємодією та формуванням стійкої, адекватної самооцінки.

4. За результатами емпіричного дослідження виявлено, що більшість дітей старшого дошкільного віку мають переважно завищену або нестійку самооцінку, яка залежить від зовнішнього оцінного впливу дорослих і ровесників. При цьому діти, які мали стабільні, емоційно підтримувальні стосунки з дорослими, демонстрували ознаки більшої впевненості, ініціативності та позитивного ставлення до себе. Діти з нестійкою або заниженою самооцінкою виявляли емоційну напруженість, невпевненість, уникання оцінних ситуацій.

5. Визначено ефективні психолого-педагогічні умови формування адекватної самооцінки: особистісно орієнтований підхід у взаємодії з дитиною, створення ситуацій успіху, використання конструктивної підтримки, формування емоційної безпеки, розвиток рефлексивних здібностей, стимулювання пізнавальної активності, а також залучення до різних видів діяльності – гри, спілкування, творчості. Суттєву роль відіграє залучення батьків до виховного процесу на засадах партнерства та підтримки.

6. Розроблені практичні рекомендації для педагогів і батьків, які охоплюють використання ігрових методик, проективних завдань, діалогічного спілкування, формування позитивного Я-образу, розвитку емоційного інтелекту й саморегуляції. Зокрема, ефективними виявились методики «Драбинка самооцінки» (С.А. Будассі), «Три дерева» та «Сонечко і хмаринка», що сприяють виявленню рівня самооцінки та подальшій роботі над її корекцією.

Отже, результати дослідження підтверджують, що формування самооцінки у старшому дошкільному віці є динамічним процесом, що піддається педагогічному впливу. Надання дитині підтримки, створення позитивного соціального досвіду та формування внутрішньої цінності себе є ключовими умовами становлення адекватної самооцінки як важливої основи успішного входження до шкільного життя та гармонійного розвитку особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бандура А. Соціально-когнітивна теорія самооцінки. Київ : Основи, 2005. 256 с.

2. Балл Г.О. Розвиток особистості дошкільника: психологічний аспект. Київ : Либідь, 2015. 400 с.

3. Балл Г.О., Бастун Н.А., Губенко О.В. Системність психологічного знання на сучасному етапі його розвитку : монографія. Київ : Слово, 2017. 277 с.

4. Бех І.Д. Особистісно-орієнтоване виховання : наук.-метод. посібник. Київ : ІЗМН, 1998. 204 с.

5. Будассі С.А. Методика «Драбинка самооцінки». Київ : Психологія в дії, 2012. 40 с.

6. Васіляускайте І. Виявлення рівнів самооцінки. Київ : Дошкільна освіта, 2009. 184 с.

7. Глагінська О.Д. Самооцінка у дітей; вплив мотивації. Одеса : Астропринт, 2010. 312 с.

8. Головінська О. Самооцінка та домагання. Київ : 2011. 190 с.

9. Дятленко Н.М. Пізнавальна активність і самооцінка дошкільнят. Київ : Освіта, 2008. 220 с.

10. Доккі В. Проективні методики для дошкільників. Київ : Освіта, 2016. 160 с.

11. Еріксон Е. Ідентичність та життєві кризи. Київ : Либідь, 2006. 284 с.

12. Істоміна З.М. Психолого-педагогічна підтримка волі. Харків : Ранок, 2011. 198 с.

13. Каравацька Х.М. Проблема розвитку адекватної самооцінки дітей старшого дошкільного віку. *Молодь і ринок*. 2018. № 12. С. 140-144.

14. Кононко О.Л., Пихтіна Н.П., Матвієнко С.І. Соціально-моральний розвиток і виховання дітей дошкільного віку : колективна монографія. Київ, 2017. 248 с.

15. Костюк Г.С. Учбово-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ : Рад. школа, 1989. 608 с.

16. Кузьменко Н. В. Ігрова діяльність та самооцінка. Київ : Ранок, 2020. 232 с.

17. Листопад О.В. Роль сімейного виховання у формуванні самооцінки дошкільників. Львів : ВСЛ, 2018. 180 с.

18. Маркус Х. Компоненти процесу самооцінки. Київ : Наукова думка, 2002. 212 с.

19. Малер М. Психологія раннього розвитку. Київ : Либідь, 2005. 240 с.

20. Мамажанов М.М. Самооцінка і мислення. Київ : Либідь, 2009. 256 с.

21. Малінова М. Аналіз динаміки самооцінки. Одеса : Фенікс, 2017. 168 с.

22. Панфілова М. Методика «Сонечко і хмаринка». Київ, 2016. 400 с.

23. Павелків Р.В. Самосвідомість і самооцінка дошкільника. Київ : Освіта, 2012. 240 с.

24. Піаже Ж. Теорія когнітивного розвитку. Київ : Основи, 2004. 320 с.

25. Розенкова О.П. Психолого-педагогічна діагностика дошкільників. Київ : Рефл-бук, 2001. 276 с.

26. Роджерс К. Теорія самоповаги. Київ : Основи, 2003. 248 с.

27. Сидоренко І.П. Спілкування дітей і формування самооцінки. Харків : Ранок, 2022. 220 с.

28. Серебрякова Е.А. Самооцінка в структурі Я-концепції. Київ : Знання, 2001. 204 с.

29. Сергеєнкова О.П. Базові особистісні новоутворення дошкільника. Вікова психологія, 2010. 174 с.

30. Сидоренко О.В. Методи корекції самооцінки. Львів : Каменяр, 2019. 198 с.

31. Сходинки – діагностика самооцінки. Дитячий психолог, 2014. 12 с.

32. Стребелева О.А., Шматко О.В., Разенкова Л.В. Дослідницькі методики розвитку дошкільників. Київ : Рефл-бук, 2001. 288 с.

33. Тищенко С.П. Дошкільник: емоційно-соціальний розвиток. Одеса : Астропринт, 2013. 224 с.

34. Темпл Р., Амен Т., Доркі В. Методика «Три дерева». Київ, 2015. 40 с.

35. Титаренко Т.М. Сучасна психологія особистості. Київ : Марич, 2009. 256 с.

36. Удовіченко Г.М. Дидактичні умови формування предметних компетентностей студентів філологічних спеціальностей. *Педагогіка вищої та середньої школи.* 2011. Вип. 33. С. 220-226. URL : https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/48653/Psykhol_nauka_i_praktyka_%20Konf._Ch.1.pdf (Дата звернення: 26.06.2025 р.)

37. Удовиченко У.І. Матеріали дослідження музичних занять дошкільників.URL : https://surl.li/pfhlur (дата звернення: 26.06.2025 р.)

38. Фарнікова О. Емоційний інтелект у дошкільників. Харків : Основа, 2018. 208 с.

39. Шакенова Я.Х. Самооцінка в контексті Я-концепції. Київ : Рефл-Школа, 2004. 196 с.

40. Шагаєв А.І. Вплив однолітків на самооцінку. Харків : Ранок, 2019. 212 с.

41. Шматко О.В., Разенкова Л.В. Дослідницькі методик. Київ : Рефл-бук, 2001. 288 с.

42. Юрченко О. Психолого-педагогічні умови розвитку адекватної самооцінки. Київ, 2020. 164 с.

43. Яценко М.В. Корекційні програми розвитку самооцінки. Київ : Гнозис, 2016. 212 с.

44. Ясновидова Л. Формування Я-концепції дітей. Одеса : Астропринт, 2014. 184 с.

45. Baumeister R.F. Self-Esteem: The Puzzle of Low Self-Regard. New York : Plenum Press, 1993. 324 p.

46. Coopersmith S. The Antecedents of Self-Esteem. San Francisco : W.H. Freeman, 1967. 328 p.

47. Erikson E.H. Identity: Youth and Crisis. New York: W. W. Norton & Company, 1968. 336 p.

48. Harter S. The Construction of the Self: A Developmental Perspective. New York : Guilford Press, 1999. 448 p.

49. Mruk C.J. Self-Esteem and Positive Psychology: Research, Theory, and Practice. New York : Springer Publishing Company, 2006. 276 p.

ДОДАТКИ

Додаток А

Матеріали та результати психодіагностичного дослідження рівня самооцінки у дітей старшого дошкільного віку

У межах емпіричної частини дослідження було використано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на виявлення рівня, структури, емоційного ставлення до себе та образу «Я» у дітей старшого дошкільного віку. Нижче подані узагальнені результати діагностичного етапу, представлені у формі таблиць, які дають змогу краще візуалізувати кількісні та якісні характеристики самооцінки обстежуваних дітей.

Таблиця А.1 - Розподіл дітей за рівнем самооцінки за методикою «Драбинка самооцінки» (С.А. Будассі)

Рівень самооцінки	Кількість дітей	Відсоток (%)
Високий (8–10)	14	35 %
Середній (4–7)	18	45 %
Низький (1–3)	8	20 %

Ці результати засвідчили, що більшість дітей мають середній або високий рівень самооцінки, що можна вважати позитивним чинником для їх подальшого психосоціального розвитку. Проте наявність дітей із низькою самооцінкою вказує на необхідність корекційно-розвивальної роботи.

Таблиця А.2 - Емоційне ставлення до себе за методикою «Сонечко і хмаринка» (М. Панфілова)

Варіант вибору	Кількість дітей	Відсоток (%)
Сонечко	20	66,7 %
Хмаринка	8	26,7 %
Важко відповісти	2	6,6 %

Проективна методика виявила, що дві третини дітей сприймають себе позитивно, однак кожна третя дитина має сумніви щодо власної значущості або переживає емоційний дискомфорт, пов’язаний із самосприйняттям.

Таблиця А.3 - Результати методики «Три дерева» (Р. Темпл, Т. Амен, В. Доркі)

Вибір дерева	Кількість дітей	Відсоток (%)
Дерево з плодами	14	46,7 %
Дерево з листям	10	33,3 %
Дерево без листя	6	20,0 %

Зазначені результати вказують на те, що 46,7 % дітей ототожнюють себе з позитивним, продуктивним образом, що свідчить про високу самооцінку. Однак 20 % обрали образ дерева без листя, що можна трактувати як сигнал про низький рівень впевненості в собі.

Таблиця А.4 - Середні значення за шкалами самоконцепції Пірса–Гарріса

Сфера самосприйняття	Середнє значення (max – 10)
Поведінка	6,1
Навчання	6,5
Зовнішність	7,2
Тривожність	4,2
Популярність	3,9
Загальне щастя	7,5

Як бачимо, найвищі бали були зафіксовані в категоріях «зовнішність» і «щастя», що вказує на позитивне емоційне ставлення до себе. Натомість низькі результати у категорії «популярність» свідчать про труднощі соціальної адаптації.

Таблиця А.5 - Спостереження за поведінкою дітей із різним рівнем самооцінки

Поведінкова характеристика	Висока самооцінка	Середня самооцінка	Низька самооцінка
Ініціативність у грі	Висока	Середня	Низька

Реакція на помилки	Спокійна, толерантна	Спокійна	Невпевнена, емоційна
Самооцінні висловлювання	«Я вмію», «Я можу»	«Я іноді вмію»	«Я не вмію», «У мене не виходить»

Спостереження підтвердили зв’язок між рівнем самооцінки та поведінковими реакціями дитини: чим вища самооцінка, тим більше дитина проявляє ініціативи, впевненості, готовності приймати виклики. Таким чином, результати, представлені у додатку, підтверджують складну, багатокомпонентну структуру самооцінки, що формується на основі емоційного досвіду, соціальної взаємодії та особистісної рефлексії дитини. Комплексне застосування різних методик дало змогу виявити як загальні тенденції, так і індивідуальні відхилення, що створює підґрунтя для подальшої психолого-педагогічної роботи з формування адекватної самооцінки.