**«Изучение влияния фотосессии на самооценку в детском возрасте»**

**Автор –** Кузнецов Тимофей Игоревич, студент КОГПОАУ «Вятский колледж культуры».

**Научный руководитель –** Платунова Арина Геннадьевна, преподаватель КОГПОАУ «Вятский колледж культуры».

Самооценка играет важную роль в детском возрасте, т.к. уровень её адекватности, заложенный в детстве, напрямую влияет насколько будет себя чувствовать человек в подрастающем возрасте. Сможет ли он окружить себя группой друзей и будет ли эта группа для него эфферентной. Также уровень самооценки в детском возрасте влияет на «базовое доверие к миру». Сохраняет ли его человек на протяжении всей жизни, что напрямую сказывается на его профессиональных достижениях и благополучии в личной жизни. Тема самооценки популярна среди психологов, педагогов и родителей. По этой теме можно найти много публикаций в научной литературе. Моя будущая профессия фотограф, поэтому данная тема для меня актуальна, помогает разобраться не только в особенностях детской психологии, но и позволяет совершенствовать свои профессиональные навыки.

Самооценку определяют, как важнейший компонент личности, ценность и значимость, которой человек наделяет как отдельные стороны своей личности, поведения и деятельности, так и себя в целом. Самооценка человека чаще всего понимается как субъективная оценка им своих возможностей (сюда относят физические, интеллектуальные, эмоционально-волевые, коммуникативные возможности), нравственных качеств, своего отношения к себе и другим, а также места в социуме [1, с. 8].

Самосознание и самооценка возникают, формируются и развиваются еще в детском возрасте, в ходе становления личности (проявляется приблизительно после 3 лет). Ребенок начинает разбираться в своих способностях, мотивах и поведенческих проявлениях, целях, физических и духовных возможностях, отношениях с окружающими [1].

Формирование самооценки происходит в ходе познания самого себя. Отношение к собственному «Я» создается не сразу, а постепенно: каждый индивид приобретает привычный взгляд на себя, одобряя или не одобряя те или иные проявления, поступки, мысли, отношения, результаты и прочее. Ценность и значимость собственной личности перерастает в стойкое убеждение. Становление самооценки происходит, в основном, в младшем школьном возрасте [5].

Источниками самооценки, через которые она непосредственно формируется, являются:

**-** переход внешних оценок индивида во внутреннюю оценку самого себя,

- оценка успешности собственных результатов,

- сравнение со значимыми окружающими.

Дети с высокой адекватной самооценкой отличаются активностью, стремлением к достижению успеха в каждом виде деятельности. Их характеризует максимальная самостоятельность. Они уверены в том, что собственными усилиями смогут добиться успеха. Это, как правило, оптимисты. Причем их оптимизм и уверенность в себе основываются на правильной самооценке своих возможностей и способностей. Дети с завышенной самооценкой переоценивают свои возможности, личностные качества, результаты своей деятельности. Они выбирают себе задачи, которые им явно не по силам. После неуспеха продолжают настаивать на своем или тут же переключаются на самую легкую задачу, движимые мотивом престижности. Они не обязательно расхваливают себя, но зато охотно бракуют все, что делают другие, критичны к другим. Высокомерие, снобизм, бестактность, чрезмерная самоуверенность – эти черты личности формируются у детей с завышенной самооценкой.

Ребенок не рождается на свет, с каким – либо отношением к себе. Как и все другие особенности личности, его самооценка складывается в процессе воспитания, в котором основная роль принадлежит семье и школе.

Дети с адекватной самооценкой, как правило, встречаются в семьях, в которых родители уважительно относятся к личности ребенка, к его интересам, и при этом внимание к личности сочетается с требовательностью к соблюдениям норм поведения.

Дети с заниженной самооценкой чаще всего встречаются в распавшихся семьях, где родители мало интересуются жизнью своих детей, пренебрегают их интересами, их мнением, и в результате дети чувствуют себя незащищенными, неуверенными и одинокими.

Дети с завышенной самооценкой, скорее всего, воспитываются в семьях, где ребенок «самый главный», где его достоинства и недостатки оцениваются одинокого положительно, где ребенка уверяют в его исключительности.

Самооценка, которая складывается у ребенка в семье, существенно сказывается на установке, с которой он приходит в школу [2, с. 120].

Развитие самооценки у ребенка в младшем школьном возрасте проявляется в том, что у детей постоянно возрастает критичность, требовательность к себе.

Первоклассники преимущественно положительно оценивают свою учебную деятельность, а неудачи связывают только лишь объективными обстоятельствами, второклассники и третьеклассники относятся к себе уже более критично, оценивая не только успехи, но и свои неудачи в учении. В младшем школьном возрасте происходит переход от конкретно – ситуативной самооценки (оценки своих действий, поступков) к более обобщенной, возрастает и самостоятельность самооценки. Если самооценка первоклассника почти полностью зависит от оценок и поведения взрослых, то ученики 2 и 3 классов оценивают свои достижения более самостоятельно, подвергая критической оценки и оценочную деятельность самого учителя. Становясь самостоятельной и устойчивой, самооценка начинает выполнять функцию мотива деятельности младшего школьника [4].

Самооценка способна оказывать огромное влияние на весь жизненный путь того или иного человека. То, чего мы сможем добиться в жизни, напрямую зависит от отношения к себе, от нашей самооценки. Таким образом, знание себя, своей самооценки и факторов, влияющих на её развитие и становление, может значительно изменить жизнь каждого человека.

Для изучения психологических особенностей самооценки младших можно использовать следующие методики:

1. Диагностическая методика «Лесенка».

2. Методика А.И. Липкиной «Три оценки».

3. Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейна.

4. Определение уровня самооценки методом набора слов, соответствующих "идеалу" и "антиидеалу".

5. Самооценка «Опросник» – тест.

6. Методика «Автопортрет».

В повседневной педагогической практике объектом контроля является конечный результат, поэтому для формирования адекватной самооценки младших школьников можно использовать следующие формы:

1. «Светофор».

2. «Говорящие рисунки».

3. «Лесенка успеха».

4. «Карточка сомнений».

5. «Волшебные линеечки».

6. «Дерево успехов».

7. Листы индивидуальных достижений.

8. Самооценка, на вопросах для самоанализа

Таким образом, самооценка ребенка – это не врожденная характеристика организма, а сложное личностное образование, которое подвержено процессам формирования и становления в структуре всех личностных особенностей [3].

**Исследование самооценки**

Методика «Автопортрет» позволяет оценить психологический портрет человека с нестандартного ракурса. Благодаря анализу образов, бессознательно проявляющихся в процессе рисования, можно оценить уровень самооценки человека, его психологическое состояние, наличие тревожности и т.д.

Так же после первого анализа производилась фотосьемка детей. Во внимание принимались не только внешние особенности ребенка, но ни внутреннее душевное состояние. Для ребят были представлены 1 или более образов, чтобы ребенок мог побывать в разных состояниях и найти для себя более удобное. Далее выбиралась локация, яркое воздушное помещение и тёмное драматичное для создания разного эмоционального настроя. Каждый ребенок побывал в различных состояниях веселья, лирики, иногда даже тревожности. Это давало понять в каком образе и состоянии ему комфортнее всего. Исходя из проведенной фотосьемки, выявились особенности темперамента и эмоционального состояния для дальнейшей работы с повышением самооценки ребенка. Если ребенок замкнут в себе, подбирались более воздушные и легкие образы, чтобы он мог почувствовать себя свободнее и веселее. Если же ребенок активен и не сидит на месте, выбирались более мрачные места, где создана атмосфера загадочности.  
 После фотосъемки ребенку предлагалось нарисовать второй «Автопортрет» для исследования изменения самооценки до и после съемки.

Таким образом, проведен анализ рисунков по методике «Автопортрет» 10 детей в возрасте от 4 до 13 лет, выявлены особенности каждого ребенка.

По результатам, анализа было выявлено, что высокая самооценка преобладает у 50% детей, адекватная 30%, заниженная самооценка у 20%. У 70% детей была замкнутость в начале съемок, у 30% интерес к съемкам, в дальнейшем у 20% замкнутость перешла в интерес. По результат второго анализа у детей с заниженной самооценкой, поднялась до адекватной [6].

Таким образом, можно сделать вывод, что целенаправленная фотосессия помогают ребенку «раскрыться», тем самым влияет на формирование самооценки, повышая её, или делая адекватной.

Гипотеза исследования доказана, целенаправленная фотосессия может повысить уровень самооценки в детском возрасте.

Данная работа может быть использована студентами, педагогами- фотографами и хореографами- педагогами для работы с детьми и изучением их психологических особенностей. Для использования сделаны методические рекомендации.

**Литературные источники**

1. Лазылов А.А Психология [Текст] / Лазылов А.А – 2012г. – 128с.
2. Эльконин Д.Б. Введение в психологию развития [Текст] / Эльконин Д.Б. – 2015г. – 196с.
3. Виды самооценки [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.kazedu.kz/referat/174427/2> (Дата обращения 06.04)
4. Источники самооценки [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://gopsy.ru/lichnost/vidy-samoocenki.html> (Дата обращения 06.04)
5. Факторы влияющие на развитие самооценки [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/doc/51f6f56e-08ff-42d1-8fa5-5a88125d61e1> (Дата обращения 06.04)
6. Особенности формирования самооценки [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ladycharm.net/2016/12/razvitie-samoocenki-u-detej/> (Дата обращения 12.04)