

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА**

**Факультет педагогіки, психології та соціальної роботи
кафедра педагогіки та методики початкової освіти**

**Особливості формування самооцінки
молодших школярів в умовах
Нової української школи**

**Кваліфікаційна робота
Рівень вищої освіти – другий (магістерський)**

Виконала:
студентка 2 курсу 213 м.з. групи
Ілічук Юлія Андріївна

Керівник:
кандидат педагогічних наук,
доцент **Бигар Г.П.**

*До захисту допущено
На засіданні кафедри
Протокол № 4 від 04 листопада 2025 р.
Зав. кафедрою _____ Романюк С.З.*

АНОТАЦІЯ

Ільчук Ю. А. Особливості формування самооцінки молодших школярів в умовах Нової української школи. – Рукопис. Кваліфікаційна робота на здобуття ОКР «магістр» зі спеціальності 013 Початкова освіта. Чернівецький нац. ун-т імені Юрія Федьковича. Чернівці, 2025. 94 с.

Кваліфікаційна робота присвячена дослідженню особливостей формування самооцінки молодших школярів в умовах Нової української школи. У першому розділі висвітлено теоретичні засади поняття «самооцінка», розкрито її структуру, вікові особливості становлення в молодшому шкільному віці та провідні психолого-педагогічні фактори, що впливають на її розвиток. У другому розділі проаналізовано сучасний стан сформованості самооцінки учнів початкової школи, подано результати констатувального дослідження та визначено рівні розвитку її мотиваційно-ціннісного, когнітивного і діяльнісно-практичного компонентів. Обґрунтовано особливості формування адекватної самооцінки в освітньому середовищі НУШ, зокрема застосування формувального оцінювання, рефлексивних вправ, ситуацій успіху та партнерської взаємодії.

Ключові слова: самооцінка, молодші школярі, Нова українська школа, формувальне оцінювання, рефлексія, педагогічні умови.

ABSTRACT

Ilchuk Yu. A. Peculiarities of the Formation of Self-Esteem in Primary School Pupils in the Context of the New Ukrainian School.- Manuscript. Qualification work for obtaining the master's certificate in the specialty 013 Primary education. Chernivtsi national Univ. named after Yury Fedkovich. Chernivtsi, 2025. 94 p.

The master's thesis is devoted to the study of the peculiarities of the formation of self-esteem in primary school pupils within the educational environment of the New Ukrainian School. The first chapter presents the theoretical foundations of the concept of self-esteem, reveals its structure, age-specific features of its development in younger schoolchildren, and outlines the key psychological and pedagogical factors influencing its formation. The second chapter analyses the current state of self-esteem development among primary school pupils, presents the results of the ascertaining stage of the research, and identifies the levels of development of its motivational-value, cognitive, and activity-practical components. The work substantiates the specific features of fostering adequate self-esteem in the NUS environment, in particular through the use of formative assessment, reflective exercises, situations of success, and partnership-based interaction.

Keywords: self-esteem, primary school pupils, New Ukrainian School, formative assessment, reflection, pedagogical conditions.

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів власних досліджень інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

Ю.А. Ільчук

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	9
1.1. Сутність поняття «самооцінка» у науковій літературі	9
1.2. Специфіка формування самооцінки у дітей молодшого шкільного віку .	16
1.3. Фактори впливу на формування самооцінки в учнів початкових класів .	26
Висновки до першого розділу	32
РОЗДІЛ 2. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ В УМОВАХ.....	36
НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ	36
2.1. Дослідження рівня сформованості самооцінки учнів початкової школи	36
2.2. Форми та методи формування самооцінки молодших школярів у практиці сучасного вчителя	46
2.3. Партнерська взаємодія вчителя, батьків і учнів у формуванні самооцінки учнів початкових класів	58
2.4. Використання арт-терапевтичних і рефлексивних технік у формуванні самооцінки молодших школярів	65
Висновки до другого розділу	70
ВИСНОВКИ	74
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	75
ДОДАТКИ	82

ВСТУП

Актуальність дослідження зумовлена зростанням ролі особистісного розвитку здобувачів освіти в сучасній школі та переорієнтацією освітнього процесу на компетентнісний, діяльнісний і дитиноцентричний підходи, проголошені Концепцією Нової української школи. На тлі соціальних, інформаційних та психологічних викликів, що впливають на становлення дитини, питання формування адекватної самооцінки молодших школярів набуває особливої значущості. Самооцінка виступає фундаментальним компонентом самосвідомості, визначає рівень навчальної мотивації, емоційне благополуччя, впевненість у власних силах та здатність здобувача освіти ефективно діяти у соціальному середовищі.

У молодшому шкільному віці самооцінка є надзвичайно чутливою до зовнішнього впливу, оскільки діти цього періоду характеризуються підвищеною залежністю від оцінок дорослих, схильністю до наслідування та потребою у постійному позитивному підкріпленні. Неправильно сформована самооцінка може призвести до труднощів у навчальній діяльності, зниження мотивації, невпевненості, тривожності або, навпаки, до завищених очікувань і нереалістичних уявлень про власні можливості. Саме тому педагогічна підтримка процесів самопізнання, рефлексії, формувального оцінювання та розвитку емоційно-вольової сфери є надзвичайно важливою.

Умови Нової української школи створюють принципово нові можливості для формування самооцінки: педагогіка партнерства, особистісно орієнтований підхід, діяльнісні методи, формувальне оцінювання, атмосфера підтримки й поваги, робота з індивідуальним прогресом кожної дитини. Проте практичний досвід засвідчує, що педагоги часто потребують спеціальних методичних рекомендацій та інструментів для організації ефективної роботи над розвитком самооцінки учнів.

Крім того, реформи у сфері загальної середньої освіти акцентують увагу на необхідності розвитку ключових компетентностей, серед яких

особистісна та соціальна компетентності безпосередньо пов'язані з умінням адекватно оцінювати власні можливості, приймати рішення, здійснювати саморегуляцію та конструктивно взаємодіяти з іншими. Це підкреслює важливість наукового дослідження психолого-педагогічних умов, методів і технологій формування самооцінки саме у молодшому шкільному віці.

Стан дослідження проблеми. Проблема формування самооцінки молодших школярів є предметом різнобічного вивчення українських науковців у галузі психології та педагогіки. Значний внесок у розроблення теоретичних засад самооцінки здійснював Л. Божович, чиї праці стали фундаментом для сучасних українських досліджень структури та механізмів розвитку самосвідомості дитини. У вітчизняній психологічній науці питання розвитку самооцінки у молодшому шкільному віці висвітлено в роботах Т. Піроженко, Н. Гавриш, О. Кононко, які підкреслюють залежність самооцінки від характеру емоційно-ціннісної взаємодії з дорослими, особливостей навчальної діяльності та рівня сформованості саморегуляції.

У педагогічному аспекті розвиток самооцінки молодших школярів активно досліджували О. Савченко, Н. Бібік, Л. Хоружа, Т. Засєкіна, акцентуючи увагу на значенні індивідуалізації освітнього процесу, формувального оцінювання та діяльнісного підходу. Наукові напрацювання цих авторів доводять, що адекватна самооцінка формується у середовищі, де дитина має змогу рефлексувати власні успіхи, отримувати підтримку та зворотний зв'язок, а також брати участь у партнерській взаємодії з педагогом. У контексті реформи Нової української школи важливими є дослідження Н. Мачинської, Л. Хоружої та О. Онопрієнко, які обґрунтовують можливості формувального оцінювання, педагогіки партнерства, компетентнісного підходу та створення ситуацій успіху для розвитку самооцінки молодших школярів.

Попри наявність ґрунтовних досліджень, проблема формування самооцінки дітей молодшого шкільного віку в умовах НУШ залишається актуальною й недостатньо розробленою. Зокрема, потребують уточнення

педагогічні умови, що найефективніше сприяють становленню самооцінки, методичні інструменти підтримки учнів та технології розвитку рефлексивної діяльності. Це вимагає подальшого комплексного вивчення проблеми на перетині педагогіки, вікової психології та сучасних освітніх практик.

Отже, дослідження формування самооцінки молодших школярів в умовах Нової української школи є актуальним як у теоретичному, так і практичному аспектах, оскільки воно спрямоване на поглиблення наукових уявлень про механізми становлення самооцінки та розроблення педагогічних умов і методичних підходів, необхідних для створення сприятливого освітнього середовища, що забезпечує гармонійний розвиток особистості кожної дитини.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати особливості формування самооцінки молодших школярів в освітньому середовищі НУШ

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати сутність поняття «самооцінка» та з'ясувати специфіку її формування у дітей молодшого шкільного віку
2. Визначити фактори впливу формування самооцінки в учнів початкових класів.
3. Дослідити рівень сформованості самооцінки учнів початкової школи.
4. Обґрунтувати особливості формування самооцінки молодших школярів в освітньому середовищі НУШ.

Об'єкт дослідження – процес формування самооцінки у дітей молодшого шкільного віку

Предмет дослідження – особливості формування самооцінки учнів початкових класів в освітньому середовищі НУШ

Для розв'язання поставлених завдань використано комплекс взаємодоповнювальних **методів**. Теоретичні методи охоплюють аналіз, синтез, узагальнення та систематизацію психолого-педагогічної літератури з проблеми формування самооцінки молодших школярів та положень Концепції Нової української школи. Емпіричні методи включають

педагогічне спостереження, бесіди, анкетування, методики діагностики самооцінки дітей молодшого шкільного віку, а також вивчення продуктів діяльності учнів. Для обробки результатів застосовано методи кількісного та якісного аналізу, порівняння та інтерпретації отриманих даних з метою виявлення динаміки та особливостей формування самооцінки молодших школярів в освітньому середовищі НУШ.

Теоретичне значення дослідження полягає в уточненні та систематизації наукових уявлень про феномен самооцінки молодших школярів у контексті компетентнісної й особистісно орієнтованої парадигми Нової української школи. У роботі конкретизовано психологічні механізми становлення самооцінки, визначено її вікові особливості, критерії та показники сформованості у дітей молодшого шкільного віку. Дослідження поглиблює теоретичні підходи до розуміння ролі формувального оцінювання, педагогіки партнерства та емоційно-ціннісної підтримки вчителя у розвитку адекватної самооцінки. Уточнено зміст і структуру психолого-педагогічних умов, які забезпечують гармонійне становлення самооцінки, що розширює наукову базу з вікової та педагогічної психології.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності вчителів початкової школи, класних керівників, практичних психологів та педагогів-організаторів. Розроблені педагогічні умови, методичні рекомендації та форми роботи можуть бути впроваджені в освітній процес для ефективного формування самооцінки молодших школярів, зокрема через формувальне оцінювання, рефлексивні практики, індивідуальний супровід і створення ситуацій успіху.

Матеріали дослідження можуть слугувати основою для вдосконалення освітніх програм, тренінгів для педагогів, консультацій для батьків, а також подальших прикладних досліджень у галузі розвитку особистості дитини в умовах Нової української школи.

Апробація результатів дослідження. Участь у студентській конференції Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича з публікацією матеріалів.

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Робота складається зі змісту, вступу, двох розділів, семи підрозділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

1.1. Сутність поняття «самооцінка» у науковій літературі

Формування самооцінки є одним із ключових психологічних механізмів становлення особистості молодшого школяра, адже саме через оцінювання власних можливостей, рис та досягнень дитина вибудовує ставлення до себе і визначає стратегії взаємодії з навколишнім світом. У науковій літературі поняття «самооцінка» розглядається як багатовимірне та комплексне явище, яке поєднує когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти. Дослідники підкреслюють, що самооцінка формується поступово, на основі соціального досвіду, успіхів і невдач, взаємодії дитини з дорослими та однолітками, а також під впливом освітнього середовища, яке може як сприяти, так і ускладнювати цей процес.

У межах цього параграфу увага зосереджена на різних наукових підходах до визначення самооцінки, її структурних елементів, функцій та ролі у розвитку особистості. Аналіз педагогічних і психологічних праць дозволяє простежити еволюцію поглядів учених на природу самооцінки, починаючи від її трактування як внутрішнього критерію самопізнання до розуміння її як важливого регулятора поведінки та міжособистісних стосунків. Таке теоретичне узагальнення створює основу для подальшого розкриття особливостей формування самооцінки у дітей молодшого шкільного віку та визначення педагогічних умов, необхідних для її розвитку в умовах Нової української школи.

Проблема самооцінки молодших школярів посідає центральне місце в сучасній психології розвитку, оскільки від її сформованості залежить навчальна успішність, емоційне благополуччя та характер взаємодії дитини з соціальним середовищем. У *«Психологічному словнику»* за редакцією В. Войтка поняття «самооцінка» пояснюється як оцінне ставлення

особистості до себе, що формується на основі зіставлення власних якостей із соціальними нормами. Автори наголошують, що самооцінка є стрижневим елементом «Я-концепції» і визначає рівень впевненості людини у власних можливостях [43, с.102].

У *«Словнику-довіднику з психології»* О. Кочаряна самооцінка трактується як система уявлень людини про власні здібності та риси характеру, що поєднується з емоційним ставленням до цих уявлень. Підкреслюється, що самооцінка не є сталим утворенням, а змінюється під впливом досвіду, успіхів і соціальної взаємодії [27, с.153].

У *«Педагогічному словнику»* С. Гончаренка самооцінка визначається як результат усвідомлення дитиною своїх навчальних можливостей, що допомагає їй коригувати власну діяльність і ставити реалістичні цілі. Автор робить акцент на навчальній функції самооцінки та її ролі у розвитку відповідальності й самостійності школяра [13, с.214].

У *«Філософському енциклопедичному словнику»* В. Шинкарука самооцінка подається як важлива складова рефлексивної діяльності, яка виражає суб'єктивне ставлення особистості до власної цінності та місця у світі. Розглядається її зв'язок з моральною позицією, самоповагою та внутрішньою свободою людини [56, с.543].

У *«Психологічній енциклопедії»* А. Петровського та М. Ярошевського самооцінка описується як багатовимірне утворення, що охоплює як раціональні судження про себе, так і емоційне самосприйняття. Автори наголошують, що адекватна самооцінка є показником психологічного здоров'я й визначає стратегії поведінки особистості.

У *«Словнику з педагогічної психології»* Л. Карамушки самооцінка розглядається як компонент самосвідомості, який відображає не лише знання про себе, а й внутрішнє прийняття чи неприйняття власних якостей. Підкреслюється її роль у формуванні саморегуляції та навчальної мотивації [18, с.115].

Самооцінка у науковій літературі визначається як інтегральне утворення, що відображає ставлення особистості до власних можливостей, здібностей, сильних і слабких сторін, рис характеру й результатів діяльності. Л. Божович підкреслює, що самооцінка є «центральною новоутворенням молодшого шкільного віку, яке визначає розвиток самосвідомості та регуляцію поведінки» [4, с.46], адже саме в цей період дитина вчиться осмислювати себе не лише через емоції, а й через результати діяльності та оцінки значущих дорослих.

Українські дослідники підкреслюють багатовимірність та соціальну природу самооцінки. О. Скрипченко розглядає її як «інтегроване емоційно-когнітивне утворення, що включає усвідомлення власних якостей, емоційне ставлення до себе та оцінювання своїх дій у взаємодії з іншими» [50, с.58]. Таким чином, самооцінка не є лише внутрішнім переживанням: вона формується у взаємодії з батьками, педагогами, однолітками та через досвід успіху й невдач у навчанні.

Науковці (Г. Ложкін, Н. Пов'якель, І. Бех) відзначають низку функцій самооцінки: регулятивну, мотиваційну, оцінювальну, прогностичну та захисну. На думку Г. Ложкіна, самооцінка «виступає внутрішнім критерієм оцінювання власних досягнень і поведінки та визначає рівень домагань особистості» [31, с.73]. Саме рівень домагань – наскільки високо або низько дитина оцінює власні можливості – безпосередньо впливає на її мотивацію до навчання, рішучість і наполегливість. У молодшому шкільному віці система домагань є дуже рухливою і формується переважно під впливом оцінювальних реакцій учителя.

У межах концепції Нової української школи самооцінка розглядається не лише як психологічна характеристика, а як педагогічна умова розвитку життєвих та навчальних компетентностей. Державний стандарт початкової освіти передбачає формування у дітей «позитивної Я-концепції, здатності рефлексувати власні досягнення та формувати реалістичне уявлення про свої можливості» [26].

Формування самооцінки молодших школярів у сучасній українській освіті чітко окреслене в низці нормативно-правових документів, що визначають завдання початкової освіти та вимоги до особистісного розвитку учнів. Насамперед у Державному стандарті початкової освіти підкреслюється, що школа має забезпечити розвиток «позитивної самооцінки, уміння рефлексувати власні досягнення, усвідомлювати сильні та слабкі сторони, формувати віру у власні можливості» [17]. У цьому ж документі в компетентнісній моделі Нової української школи зазначено, що здатність учня «оцінювати результати своєї діяльності та планувати індивідуальну траєкторію розвитку» є складником уміння вчитися впродовж життя, що робить самооцінку важливим компонентом внутрішньої мотивації.

Важливі орієнтири щодо формування самооцінки містить і Концепція Нової української школи, у якій підкреслюється пріоритет розвитку особистості дитини, її емоційно-ціннісної сфери, здатності до саморефлексії та саморегуляції. У документі зазначено, що школа має створити умови для «підтримки позитивної Я-концепції дитини, розвитку впевненості й ініціативності» [26]. Це означає, що самооцінка розглядається не як ізольована психологічна характеристика, а як ключовий елемент освітнього процесу.

У Типовій освітній програмі для початкової школи (оновленій у 2021 році) прямо зазначено необхідність формування в учнів «умінь самооцінювання власних навчальних досягнень, уміння давати елементарну рефлексію дій та поведінки, визначати причини успіхів і труднощів». У розділі щодо оцінювання наголошується, що педагог має застосовувати «підтримувальні, розвиткові й безоціночні форми зворотного зв'язку», що є важливою умовою становлення адекватної самооцінки [54; 55].

Вагоме значення для формування самооцінки мають також Методичні рекомендації МОН щодо оцінювання навчальних досягнень учнів початкових класів, у яких визначено принципи формувального оцінювання: доброзичливість, опора на сильні сторони дитини, підтримка, акцент на

прогрес, а не на помилки. У документі підкреслюється, що оцінювання має сприяти «підвищенню впевненості учня в собі, розвитку внутрішньої мотивації, формуванню відповідальності за власне навчання» [42].

Окремі аспекти формування самооцінки регламентовані Концепцією психологічної служби в системі освіти України, яка визначає завдання шкільного психолога: створення умов для позитивної самопрезентації учня, розвитку його самоцінності, емоційної стабільності та стійкості до стресу. Тут підкреслюється, що психологічна служба сприяє «формуванню адекватної самооцінки та позитивної Я-концепції дитини» [25].

Таким чином, нормативні документи НУШ однозначно окреслюють самооцінку як ключовий елемент особистісного розвитку молодшого школяра і визначають педагогічні умови, форми взаємодії та принципи оцінювання, які забезпечують її формування.

Це відповідає сучасним підходам до розвитку емоційного інтелекту та соціально-емоційного навчання.

Сутність самооцінки розкривається через її структурні компоненти. У науковій літературі самооцінка розглядається як багатокомпонентне психологічне утворення, яке поєднує кілька взаємопов'язаних складників. Передусім вона охоплює когнітивний компонент, що відображає уявлення людини про власні здібності, риси характеру, сильні та слабкі сторони. Саме завдяки цьому компоненту дитина формує розуміння того, «яка я є», зіставляє себе з іншими та оцінює відповідність соціальним нормам. Важливою складовою є також емоційний компонент, який виявляється у переживанні власної значущості: він визначає, наскільки дитина приймає або не приймає себе, відчуває гордість за свої досягнення чи, навпаки, сумнівається у власних можливостях [5, с.13]. Третім складником виступає поведінковий компонент, що проявляється у реальних діях та виборі стратегій поведінки – учень із адекватною самооцінкою демонструє більшу впевненість, активність, прагнення долати труднощі, тоді як занижена чи завищена самооцінка призводить до уникання викликів або неадекватних

ризиків. У комплексі ці компоненти формують цілісну картину самоствавлення, спрямованість особистості на розвиток власного потенціалу та її здатність до саморегуляції. Саме таке багатовимірне розуміння самооцінки дозволяє розглядати її не лише як окремий психічний процес, а як ключовий механізм становлення особистості молодшого школяра. Взаємодія цих компонентів забезпечує цілісність самооцінки як психологічного утворення.

За В. Моляком, «адекватна самооцінка забезпечує здатність дитини реалістично оцінювати власні навчальні досягнення та будувати оптимальні стратегії діяльності» [37, с.54]. Навпаки, занижена самооцінка спричиняє уникнення складних завдань, тривожність і залежність від зовнішньої оцінки, а завищена – формує неготовність приймати критику й неусвідомлені завищені претензії.

У класичному «Педагогічному словнику» за редакцією С. Гончаренка подано таке визначення: «Самооцінка – це усвідомлення й оцінювання особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей та місця в соціальних стосунках; важлива умова розвитку самосвідомості» [13, с.267].

І. Бех визначає самооцінку як «морально-ціннісне ставлення дитини до себе, що формується у спілкуванні та діяльності» [1, с. 39]. Дитина молодшого шкільного віку надзвичайно чутлива до підтримки, схвалення або несхвалення з боку дорослих. Тому виховний стиль учителя й атмосфера у класі відіграють надзвичайно важливу роль. Підтримка, прийняття й конструктивна критика сприяють формуванню адекватної самооцінки, тоді як авторитарність, навішування ярликів або часті порівняння з іншими можуть призвести до нестійкої або заниженої самооцінки.

В термінологічному словнику з педагогіки – результат процесу самопізнання, що виражається у ставленні людини до власних здібностей, вчинків, моральних якостей».

Молодший шкільний вік є сенситивним періодом для формування самооцінки. Л. Сохань зазначає, що внаслідок вступу до школи дитина

переходить від ситуативної емоційної самооцінки до більш стійкої та узагальненої, яка охоплює всю діяльність і соціальні взаємодії [51, с.84]. У цей період самооцінка ще недостатньо сформована, але активно розвивається, тому вона має підвищену мінливість і залежність від успіхів у навчанні.

Н. Пов'якель наголошує, що «самооцінка молодшого школяра має високу варіативність і залежить від педагогічних впливів, адже дитина активно шукає зовнішні критерії оцінювання» [41, с. 63]. Саме тому в НУШ пріоритет надається формувальному оцінюванню, яке акцентує увагу не на помилках, а на прогресі та індивідуальному розвитку дитини.

Окрему увагу дослідники приділяють взаємозв'язку самооцінки й навчальної діяльності. Від того, як учитель коментує роботу учня, залежить формування впевненості, мотивації та відчуття успіху. І. Кондаков підкреслює, що «позитивне емоційне підкріплення є необхідною умовою формування адекватної самооцінки та внутрішньої мотивації до навчання». Дитина схильна інтерпретувати оцінку діяльності як оцінку себе як особистості, тому педагогічне оцінювання має бути підтримувальним і коректним.

Важливою сферою формування самооцінки є сім'я. Емоційна підтримка, стиль виховання, характер сімейних взаємин визначають базове ставлення дитини до себе. О. Савченко підкреслює, що «педагогічна культура батьків є важливим чинником становлення самооцінки молодшого школяра» [48]. Демократичний стиль взаємодії, схвалення, доброзичливе ставлення та конструктивні коментарі створюють умови для позитивної самооцінки, тоді як жорсткий контроль або критика формують нестійкість і невпевненість.

Таким чином, самооцінка молодших школярів є складним, динамічним утворенням, яке формується у взаємодії з педагогічним, соціальним і сімейним середовищем. У межах Нової української школи вона визначається як ключова умова розвитку особистості, емоційного благополуччя та здатності до рефлексії, саморегуляції й успішного навчання.

1.2. Специфіка формування самооцінки у дітей молодшого шкільного віку

Формування самооцінки в молодшому шкільному віці має свої характерні особливості, що зумовлені інтенсивними змінами у психічному розвитку дитини, переходом до нового соціального статусу та включенням у систематичну навчальну діяльність. У цей період дитина вперше починає свідомо оцінювати власні успіхи й невдачі, порівнювати себе з однолітками та реагувати на оцінні судження дорослих, що робить самооцінку вразливою, динамічною та залежною від зовнішніх впливів. Молодший школяр поступово опановує навички самоспостереження, рефлексії та самоконтролю, однак ці здібності ще недостатньо сформовані, тому самооцінка часто має ситуативний, емоційно забарвлений характер і значною мірою ґрунтується на тому, як його сприймають значущі дорослі – вчителі й батьки.

Особливої ролі набуває навчальна діяльність, яка стає провідною у цьому віці та визначає зміст дитячих переживань. Успішність у навчанні, взаємодія з учителем, рівень підтримки та прийняття – усе це прямо впливає на те, як дитина починає розуміти свої можливості та оцінювати себе як учня й особистість. Соціальне середовище класу також формує підґрунтя для появи перших стійких уявлень про власний статус, що може як підсилювати адекватну самооцінку, так і створювати ризики її викривлення.

Таким чином, специфіка формування самооцінки в молодшому шкільному віці полягає в її високій чутливості до педагогічних впливів, залежності від успішності діяльності та значущих дорослих, а також у поступовому переході від зовнішніх оцінок до внутрішніх критеріїв. Розуміння цих особливостей дає змогу вибудовувати ефективні педагогічні стратегії, спрямовані на підтримку позитивного самосприйняття дитини та створення умов для її гармонійного розвитку [28].

У молодшому шкільному віці виникає низка важливих психологічних новоутворень, які безпосередньо впливають на становлення самооцінки та визначають специфіку її розвитку. Одним із ключових новоутворень є внутрішня позиція школяра – усвідомлення дитиною нового соціального статусу, прийняття ролі учня та формування ставлення до навчальної діяльності як значущої. Саме завдяки цьому новому статусу дитина починає порівнювати себе з іншими та оцінювати власні успіхи більш свідомо.

Важливим новоутворенням є також формування довільності психічних процесів. Дитина вчиться контролювати увагу, поведінку, емоції, регулювати власні дії відповідно до вимог учителя. Це сприяє появі вміння бачити причинно-наслідкові зв'язки між власними зусиллями та результатом, що є основою для реалістичного самооцінювання.

Паралельно розвивається рефлексія, тобто здатність аналізувати власні дії, переживання та помилки. Хоч рефлексивні здібності ще нестійкі, саме в цьому віці дитина вперше намагається осмислити, чому вона вдалася до певних рішень і наскільки добре виконала завдання. Це новоутворення робить самооцінку глибшою й більш усвідомленою.

Суттєве значення має і зміна соціальних орієнтирів. Якщо дошкільник орієнтувався переважно на думку дорослого, то молодший школяр починає звертати увагу на оцінку вчителя та однолітків. З'являється чутливість до соціального схвалення, потреба відповідати груповим нормам, що впливає на формування і підтримку власної значущості [24, с.102].

До важливих новоутворень належить і розвиток навчальної мотивації, у якій поступово формуються внутрішні мотиви – бажання досягти успіху, виконати завдання краще, підтвердити власні здібності. Саме навчальна діяльність стає провідним чинником появи перших стійких самооцінних суджень.

У комплексі ці вікові новоутворення – внутрішня позиція школяра, довільність, рефлексія, зміна соціальних орієнтирів та розвиток навчальної мотивації – створюють психологічне підґрунтя, на якому вибудовується

самооцінка дитини. Їх злагоджений розвиток забезпечує поступовий перехід від зовнішніх оцінок дорослих до більш зрілих внутрішніх критеріїв власної успішності.

Формування самооцінки в дітей молодшого шкільного віку має низку специфічних особливостей, зумовлених віковим розвитком, пізнавальними можливостями та характером соціальної взаємодії у шкільному середовищі. Молодший шкільний вік (6–10 років) є сенситивним періодом для становлення самооцінки, оскільки саме у цей час відбувається формування нових психічних функцій, виникає рання рефлексія та закладаються основи «Я-образу». Л. Божович наголошує, що самооцінка «є центральним новоутворенням молодшого шкільного віку, яке визначає характер навчальної діяльності та ставлення дитини до себе» [4, с.46]. Отже, саме в цей період формуються ті уявлення про себе, які надалі визначатимуть особистісний розвиток.

Психологи підкреслюють, що для дітей цього віку характерна висока чутливість до зовнішньої оцінки. Н. Пов'якель зазначає, що «молодший школяр значною мірою залежить від оцінок дорослого, сприймаючи їх як абсолютний показник власної успішності» [41, с.63]. Тобто самооцінка формується на основі зовнішніх суджень учителя та батьків, і саме тому вона є нестійкою, варіативною та емоційно забарвленою. Тому самооцінка молодших школярів формується передусім на основі зовнішніх суджень учителя та батьків, адже саме вони виступають для дитини «носіями критеріїв успішності та моральних норм» [1, с.39]. Через це на цьому віковому етапі самооцінка є нестійкою, варіативною та надмірно емоційно забарвленою: дитина швидко змінює ставлення до себе залежно від ситуацій успіху чи невдачі, а також характеру педагогічного впливу. Як наголошує Н. Пов'якель, «молодший школяр схильний приймати оцінки дорослих як власні судження про себе», що зумовлює емоційну чутливість і залежність самооцінки від зовнішніх реакцій [41, с.63]. Таким чином, оскільки внутрішні механізми саморефлексії та самоконтролю ще не сформовані повною мірою,

будь-яка оцінка з боку значущих дорослих сприймається як глобальний висновок про особистісну цінність дитини, а не лише про якість виконаного завдання. Це пояснює часту змінність самооцінки залежно від ситуацій успіху чи невдачі. Дитина молодшого віку ще не здатна об'єктивно співвідносити власні результати з особистими можливостями, тому будь-яка оцінка сприймається глобально – як оцінка її особистості, а не конкретної дії.

Особливістю формування самооцінки в молодшому шкільному віці є поєднання емоційності та недостатньо розвинених рефлексивних механізмів. За словами О. Скрипченко, «самооцінка на ранніх етапах шкільного дитинства має переважно емоційний характер, оскільки судження дитини про себе ґрунтуються на переживаннях успіху або неуспіху» [50, с.58]. Лише з часом з'являються перші елементи аналітичної рефлексії, здатність пояснити причини помилок, порівняти власні дії з певними нормами чи очікуваннями. Саме тому формувальне оцінювання, позитивне підкріплення, ситуації успіху набувають особливої значущості в освітньому процесі.

Важливою специфічною рисою цього віку є орієнтація на дорослого як на головне джерело критеріїв оцінювання. Дитина ще не володіє сформованою системою внутрішніх стандартів, тому значущими для неї є слова та реакції вчителя. І. Бех вважає, що «самооцінка молодшого школяра формується у спільній діяльності з дорослим, який виступає носієм моральних зразків і критеріїв оцінювання» [1, с.39]. Це означає, що педагог має бути особливо уважним у своїх висловлюваннях, оскільки різкі, некоректні, принизливі коментарі можуть стати чинником формування заниженої, нестійкої або тривожної самооцінки.

Значною мірою специфіка становлення самооцінки зумовлена її особливостями навчальної діяльності, яка стає провідною у цьому віці. Дитина оцінює себе через виконання шкільних завдань, успішність, порівняння з іншими. Г. Ложкін зазначає, що «самооцінка молодшого школяра є тісно пов'язаною з результатами навчання, які дитина інтерпретує як показник власної цінності» [31, с.73]. Відтак постає небезпека формування

оцінки себе лише на основі результатів, а не процесу, що може призвести до страху помилок, уникання складних завдань, зниження внутрішньої мотивації.

Колектив однолітків відіграє надзвичайно важливу педагогічну роль у формуванні самооцінки молодших школярів, оскільки саме у взаємодії з ровесниками дитина отримує соціальні критерії успішності, прийняття, статусу та належності до групи. За висловом Л. Сохань, «взаємини з однолітками виступають для молодшого школяра одним з основних джерел оцінних суджень, що впливають на його уявлення про власні можливості та значущість» [51, с.84]. У цьому віці діти активно інтегруються в групу, прагнуть бути визнаними, почутими, корисними, і тому їх самооцінка значною мірою залежить від статусу в класному колективі.

Відомий український дослідник Г. Коломінський, який детально вивчав психологію дитячих колективів, наголошував, що «соціометричний статус дитини визначає рівень її впевненості, самооцінки та готовності до активної діяльності» [21, с.67]. Діти, яких однолітки приймають, демонструють стабільнішу, вищу самооцінку, більшу ініціативність, соціальну активність. Натомість ізольовані або відторгнуті діти часто формують занижену самооцінку, відчуття неуспіху й меншої соціальної цінності.

Важливу роль у педагогічному формуванні самооцінки відіграють спільні види діяльності: групові проєкти, навчальні ігри, кооперативне навчання. О. Волкова зазначає, що «в умовах співпраці діти отримують можливість відчувати себе компетентними, значущими для інших, що сприяє формуванню позитивної самооцінки» [11, с.102]. Саме через взаємодію в колективі дитина усвідомлює, що її внесок важливий, і це допомагає будувати реалістичне уявлення про власні можливості.

Окремий педагогічний аспект – атмосфера взаємоповаги та підтримки в класі. О. Савченко підкреслює, що «класний колектив може виступати як фактором розвитку особистості, так і джерелом емоційної напруги, залежно від того, наскільки він структурований на основі співпраці чи суперництва»

[49, с. 112]. Якщо в колективі панує дух взаємодопомоги, то дитина засвоює позитивні моделі ставлення до себе й інших. Якщо ж атмосферу визначають порівняння, критика або домінування окремих учнів, це формує нестійку або занижену самооцінку.

Значущим фактором виступає й механізм соціального порівняння. Як зазначає Н. Бібік, «у молодшому шкільному віці порівняння себе з іншими стає важливим джерелом самооцінювання, але потребує педагогічного супроводу, щоб уникнути формування заниженої самооцінки» [3, с.56]. Діти часто оцінюють себе через призму успіхів однолітків, тому педагог має формувати конструктивні критерії порівняння, акцентувати на індивідуальному прогресі, а не на конкуренції.

Важливою характеристикою розвитку самооцінки є її фрагментарність та нестійкість у цьому віці. Дослідження Н. Гавриш показують, що молодші школярі «часто переоцінюють власні можливості, оскільки ще не володіють достатнім рівнем рефлексії та здатністю критично зіставляти результат з вимогами» [12, с. 54]. Тому педагог має допомагати дитині усвідомлювати власні досягнення та зони зростання, створюючи ситуації успіху та умови для поступового переходу до внутрішніх критеріїв оцінювання.

Педагогічний вплив на міжособистісні стосунки у класі є визначальним. Учитель створює правила спільної діяльності, моделює доброзичливу поведінку, регулює конфлікти, підтримує слабших учнів та стимулює співпрацю. Дослідження І. Беха показують, що «емоційна підтримка однолітків та вчителя підсилює відчуття самоцінності, а негативний досвід приниження або відкидання – руйнує» [1, с. 39]. Отже, роль педагога полягає в тому, щоб перетворити класний колектив на середовище, у якому кожна дитина має шанс пережити успіх, проявити свої сильні сторони та отримати позитивний соціальний досвід.

Таким чином, колектив однолітків є не лише соціальним середовищем, а й потужним педагогічним ресурсом для формування самооцінки. Через взаємодію з ровесниками молодший школяр навчається бачити себе очима

інших, усвідомлює власну цінність, формує впевненість у своїх здібностях та будує стратегії поведінки. У руках педагога колектив стає середовищем, яке може або підсилити позитивну самооцінку, або сформувати нестійку й тривожну, тому організація взаємин у класі є ключовою умовою розвитку особистості.

Отже, саме в молодшому шкільному віці починає формуватися соціальна самооцінка – ставлення дитини до себе як до члена групи. Діти цього віку прагнуть визнання, підтримки, позитивної ролі у класі. Л. Сохань підкреслює, що «взаємини з однолітками виступають важливим чинником розвитку самооцінки, адже впливають на емоційне благополуччя й відчуття компетентності» [51, с. 84]. Успішна інтеграція в класний колектив сприяє підвищенню самоцінності, тоді як конфлікти, відторгнення або булінг можуть призвести до формування негативного уявлення про себе.

Психологічна особливість молодших школярів полягає у високій навіюваності та чутливості до оцінних висловлювань. В. Моляко вказує, що «діти цього віку легко приймають оцінки дорослих як власні судження, що робить їх особливо вразливими до критики» [37, с.54]. Саме тому педагогічний вплив має бути м'яким, підтримувальним, таким, що сприяє розвитку віри дитини у власні сили, а не формуванню залежності від схвалення.

У контексті Нової української школи формування самооцінки розглядається як важлива частина особистісного розвитку. Державний стандарт початкової освіти наголошує на необхідності формування в учнів здатності до рефлексії, усвідомлення власних досягнень та визначення індивідуальних освітніх цілей [17]. Це означає перехід від традиційного контролю до формувального оцінювання, коли дитина має змогу аналізувати власні успіхи та прогрес, а не лише отримувати зовнішню оцінку від учителя. О. Онопрієнко підкреслює, що формувальне оцінювання «дозволяє дитині оцінювати власний поступ, аналізувати помилки й бачити індивідуальний прогрес, що позитивно впливає на становлення її самооцінки» [38, с.31]. Це

сприяє переходу від зовнішніх оцінних впливів до внутрішніх критеріїв самоаналізу, що відповідає віковим завданням розвитку.

Сучасні дослідники (О. Савченко, Н. Бібік, О. Онопрієнко) наголошують, що підтримувальне середовище, сприятливий психологічний клімат та формувальне оцінювання є ключовими умовами розвитку адекватної самооцінки в молодшому шкільному віці. Педагогічна взаємодія, що будується на довірі, діалозі, емоційній підтримці та врахуванні індивідуальних можливостей учня, забезпечує становлення позитивного образу «Я», знижує тривожність та сприяє формуванню внутрішньої мотивації.

Соціальна взаємодія з однолітками також відіграє важливу роль у формуванні самооцінки. Н. Мачинська наголошує, що «молодший школяр відчуває потребу в соціальному визнанні та прагненні займати прийнятне місце в групі» [33, с.19]. Позитивна взаємодія, командна робота, участь у спільних проєктах і іграх сприяють утвердженню адекватної самооцінки, тоді як конфлікти чи соціальна ізоляція можуть негативно позначатися на образі «Я».

Отже, специфіка формування самооцінки молодших школярів визначається поєднанням вікових психологічних особливостей (емоційність, залежність від оцінки дорослих, недостатня рефлексія), педагогічних впливів (стиль спілкування вчителя, формувальне оцінювання, позитивне підкріплення) та соціального контексту (взаємини з однолітками, батьківська підтримка). Ефективне формування адекватної самооцінки можливе за умови створення підтримувального освітнього середовища, яке сприяє розвитку впевненості, рефлексії, самостійності та позитивного ставлення дитини до власних досягнень.

Ключовою особливістю цього віку є залежність самооцінки від зовнішніх оцінок. Н. Пов'якель підкреслює, що молодший школяр «сприймає оцінки дорослого як власні судження про себе», що зумовлює нестійкість і високу варіативність самооцінки [41, с.63]. Через незрілість механізмів

саморефлексії діти ще не можуть самотійно співвідносити свої можливості з результатами діяльності, тому слова вчителя та реакція батьків стають головним критерієм визначення власної цінності. І. Бех зазначає: «самооцінка молодшого школяра формується у спільній діяльності з дорослим, який є носієм моральних норм і прикладом для наслідування» [1, с.39]. Тому некоректні, різкі або принизливі висловлювання вчителя можуть спричинити формування заниженої самооцінки, тоді як підтримка і позитивне підкріплення сприяють розвитку впевненості та віри у власні сили.

Ще однією специфічною особливістю є **механізм соціального порівняння**, який у молодшому шкільному віці набуває особливої ваги, оскільки дитина починає активно співвідносити власні досягнення та поведінку з результатами своїх однолітків. Саме у період 6–10 років виникає потреба зрозуміти, «який я серед інших», що стає важливим джерелом формування самооцінки. Н. Бібік зазначає, що «порівняння молодшого школяра з ровесниками є природним механізмом оцінювання, однак без педагогічного супроводу воно може призводити до формування неадекватної самооцінки» [3, с.56]. Діти ще не вміють критично й об'єктивно аналізувати власні можливості, тому часто узагальнюють будь-яку різницю у результатах як показник власної неповноцінності чи, навпаки, завищеної переваги.

Г. Коломінський підкреслює, що «соціальне порівняння впливає не лише на самооцінку, а й на рівень домагань, вибір поведінкових стратегій та мотивацію» [21, с.72]. Якщо дитина регулярно порівнює себе з успішнішими однолітками, не отримуючи підтримки від дорослого, формується занижена самооцінка, тривожність та уникання складних завдань. Натомість акцент на індивідуальному прогресі, на власних позитивних зрушеннях сприяє розвитку реалістичної та стійкої самооцінки.

Педагогічно неконтрольоване порівняння може створювати умови для змагання, конкуренції, суперництва, що у молодшому віці часто спричиняє емоційну нестійкість. О. Савченко підкреслює, що «конкурентне середовище у початковій школі знижує самоцінність дитини, тоді як навчання у співпраці

сприяє формуванню позитивної самооцінки» [46, с. 117]. Тому важливо, щоб учитель спрямовував увагу школярів не на порівняння між собою, а на досягнення особистого прогресу, розвиток власних умінь і здібностей.

Таким чином, механізм соціального порівняння є природним і необхідним для розвитку самооцінки молодшого школяра, проте він потребує чіткої педагогічної регуляції. Порівняння має перетворюватися для дитини не на джерело фрустрації, а на стимул до саморозвитку, що є можливим лише за умов підтримувального, доброзичливого та особистісно зорієнтованого навчального середовища.

Діти молодшого шкільного віку часто співвідносять себе з ровесниками. Н. Бібік зазначає, що «порівняння себе з іншими є природним, але без педагогічного супроводу здатне спричинити розвиток заниженої самооцінки» [3, с. 56]. Тому важливо зміщувати увагу дітей з «кращий – гірший» на «що я вже вмію – чого хочу навчитися».

Важливим чинником формування самооцінки є психологічний клімат у класі. О. Савченко підкреслює: «позитивний емоційний клімат забезпечує відчуття захищеності, підтримки та прийняття, що є базою для формування адекватної самооцінки» [46, с.115]. Якщо в класі панує атмосфера взаємоповаги й партнерства, діти відчують свою значущість. Якщо ж у класі переважають критика, порівняння або жорстка конкуренція – формується нестійка самооцінка.

Таким чином, специфіка формування самооцінки молодших школярів полягає в її залежності від зовнішніх оцінок, високій емоційності, домінуванні ситуативних переживань, значній ролі навчальної діяльності й соціального оточення. Адекватна самооцінка формується за умови підтримуючого педагогічного впливу, створення ситуацій успіху, розвитку рефлексивних умінь та сприятливого психологічного клімату. У межах НУШ це набуває особливої значущості, адже націлено на формування особистості, здатної до саморефлексії, саморегуляції, відповідальності та усвідомленого ставлення до власного розвитку.

1.3. Фактори впливу на формування самооцінки в учнів початкових класів

Формування самооцінки молодших школярів відбувається під впливом цілої системи взаємодіючих чинників. У цьому віці дитина особливо чутлива до оцінки з боку дорослих, до успіхів і невдач у навчанні, до стосунків у класному колективі, тому кожен зовнішній вплив має значне значення для становлення її уявлень про власні можливості й цінність. Самооцінка в молодшому шкільному віці ще нестійка, емоційно забарвлена та залежна від того, як учитель, батьки та однолітки реагують на дії та досягнення дитини. Відтак середовище, у якому перебуває учень, здатне як підтримати розвиток адекватного самосприйняття, так і сформувати занижену чи завищену самооцінку.

Значну роль відіграють і внутрішні чинники, пов'язані з індивідуальними особливостями дитини – її темпераментом, рівнем пізнавальної активності, здатністю до самоконтролю та емоційної регуляції. Самооцінка поступово вибудовується у взаємодії цих внутрішніх можливостей та зовнішніх впливів, які або сприяють становленню впевненості у власних силах, або, навпаки, формують відчуття невпевненості й залежності від чужої думки.

Таким чином, аналіз факторів, що впливають на формування самооцінки в учнів початкових класів, дає змогу глибше зрозуміти, які саме умови є сприятливими для розвитку здорового самосприйняття, а які можуть створювати ризики для становлення особистісної зрілості. Розкриття цих впливів є важливим кроком до обґрунтування педагогічних стратегій, здатних забезпечити гармонійний розвиток самооцінки молодшого школяра.

Формування самооцінки молодших школярів є багатофакторним процесом, у якому поєднуються психологічні, педагогічні та соціальні чинники. Передусім значний вплив на становлення самооцінки має сімейне

середовище. Передусім значний вплив на становлення самооцінки має сімейне середовище, оскільки саме в родині формуються перші уявлення дитини про власну цінність, здібності та значущість. Сім'я виступає первинною соціальною інституцією, де дитина отримує базовий досвід емоційної підтримки, прийняття та зворотного зв'язку щодо власних дій. Як зазначає Л. Хоружа, саме родинні взаємини створюють для молодшого школяра «емоційний простір, у якому закладаються вихідні критерії ставлення до себе» [57, с. 39]. Якщо цей простір наповнений теплом, довірою й увагою, дитина формує позитивну, більш стійку самооцінку.

Важливим чинником є стиль виховання батьків. Дослідження О. Кононко свідчать, що демократичний стиль, який поєднує емоційну підтримку з поміркованою вимогливістю, сприяє формуванню впевненості, внутрішньої мотивації та здатності до самостійної оцінки результатів діяльності [24, с.72]. Натомість авторитарний стиль, що ґрунтується на критиці, високих очікуваннях і частих зауваженнях, часто призводить до заниженої самооцінки та страху помилки. Ліберально-поблажливий стиль може формувати завищену самооцінку через відсутність реалістичних меж і адекватних вимог до поведінки.

Велике значення мають емоційні реакції батьків на успіхи та невдачі дитини. Н. Мачинська підкреслює, що підтримка та схвалення формують у дитини уявлення про себе як про компетентну особистість, тоді як постійні порівняння з «більш успішними» однолітками, навіть ненавмисні, знижують рівень самоповаги [33, с.52]. Важливим є також уникнення негативного ярлукування («ти лінивий», «ти неухажливий»), адже такі висловлювання стають основою для формування внутрішніх установок і впливають на образ «Я».

Сімейна комунікація та характер емоційних зв'язків визначають рівень психологічної захищеності дитини. Якщо батьки демонструють довіру, заохочують до самостійності, дозволяють дитині висловлювати власну думку, це сприяє формуванню впевненості у своїх можливостях. Натомість емоційна

холодність, непослідовність виховних впливів або конфліктність у родині можуть створювати умови, у яких самооцінка стає нестійкою та залежною від зовнішніх оцінних суджень.

Таким чином, сімейне середовище виступає базовим детермінантом розвитку самооцінки молодших школярів. Стиль виховання, емоційний клімат, характер взаємодії батьків з дитиною та їхня готовність підтримувати її індивідуальний розвиток є ключовими факторами формування адекватної, позитивної та стійкої самооцінки.

Як зазначає Л. Хоружа, «первинні уявлення про власну цінність дитина отримує у взаємодії з близькими дорослими, які задають емоційний тон її самосприйняття» [57, с. 42]. Позитивне ставлення, підтримка та прийняття сприяють формуванню впевненості у власних силах, тоді як надмірна критика чи завищені вимоги можуть призводити до заниженої або нестійкої самооцінки.

Важливим педагогічним чинником є стиль взаємодії вчителя з учнем, який у молодшому шкільному віці виступає значущою фігурою й авторитетом. О. Савченко підкреслює, що «оцінні судження вчителя є для молодших школярів критерієм їх успішності й значущості, тому педагогічна підтримка та доброзичливий стиль спілкування є ключовими умовами адекватної самооцінки» [49, с.115]. Надмірно директивний стиль або часті негативні порівняння можуть формувати відчуття невпевненості й неуспішності.

Суттєвим фактором виступає організація навчальної діяльності, зокрема застосування формувального оцінювання, рефлексії та ситуацій успіху. У початковій школі саме навчальна діяльність стає провідною, тому її структура та характер значною мірою визначають становлення самооцінки учня. О. Савченко наголошує, що педагогічно грамотно організована навчальна діяльність «забезпечує можливість дитині відчувати власну компетентність, зрозуміти природу помилки та визначити шляхи її

подолання» [49, с.119]. Це дає змогу школярам формувати реалістичні уявлення про власний прогрес і власні можливості.

Особливу роль відіграє формувальне оцінювання, яке в умовах Нової української школи спрямоване на підтримку розвитку дитини, а не на контроль. За висновками О. Онопрієнко, формувальне оцінювання «спонукає учня до самоаналізу, полегшує перехід від зовнішніх до внутрішніх критеріїв оцінки та сприяє усвідомленню індивідуальної динаміки навчальних досягнень» [2, с. 28]. Воно забезпечує зворотний зв'язок, зосереджений на досягненнях і перспективах зростання, що формує позитивне ставлення до себе та власних результатів.

Значущим інструментом є рефлексія, що дозволяє дитині осмислювати власні дії, переживання та результати. Т. Піроженко підкреслює, що рефлексивні вправи сприяють розвитку усвідомленого самооцінювання, оскільки допомагають школярам розпізнавати власні сильні й слабкі сторони та робити висновки щодо подальших кроків у навчанні [38, с. 103]. Рефлексія також забезпечує психологічну готовність до прийняття помилок як частини навчального процесу, що є важливою складовою адекватної самооцінки.

Важливим чинником формування самооцінки є створення ситуацій успіху. За спостереженнями Л. Хоружої, переживання успіху в навчальній діяльності підвищує рівень впевненості в собі, формує віру в власні можливості та сприяє стабілізації позитивної самооцінки [57, с. 56]. Ситуація успіху дозволяє дитині побачити результати власних зусиль, відчутти значущість досягнень і сформувати позитивний досвід подолання труднощів.

Крім того, важливим є індивідуалізація навчальних завдань, що дозволяє враховувати темп, можливості та інтереси кожного учня. Н. Мачинська зауважує, що індивідуальний підхід у навчанні зменшує тривожність, попереджує неуспіх і, відповідно, сприяє формуванню більш реалістичної й стійкої самооцінки [33, с.77]. Навпаки, надмірне уніфікування вимог або порівняння дітей між собою можуть призвести до зниження впевненості й зростання невпевненості.

Таким чином, організація навчальної діяльності є визначальним фактором формування самооцінки молодших школярів. Застосування формувального оцінювання, розвиток рефлексії, створення ситуацій успіху та індивідуалізація навчальних завдань забезпечують позитивний вплив на становлення адекватної, стійкої та реалістичної самооцінки в умовах сучасної початкової школи.

За висновками О. Онопрієнко, формувальне оцінювання «спрямовує увагу учня на власний прогрес і сприяє формуванню внутрішніх критеріїв самооцінювання» [38, с. 29]. Діяльнісні методи навчання, групові завдання, творчі проєкти та можливість вибору сприяють самостійності та впевненості у власних діях.

Не менш важливими є взаємини з однолітками, які стають значущими у цьому віковому періоді. Н. Мачинська зауважує, що «соціальне визнання, прийняття в групі та позитивний досвід взаємодії формують у молодшого школяра відчуття власної компетентності» [33, с.64]. Натомість ситуації відторгнення, булінгу або неспіху в колективі можуть знижувати самооцінку та викликати емоційні труднощі.

Індивідуально-психологічні особливості дитини є одним із ключових чинників, що визначають характер і динаміку формування її самооцінки. До таких факторів належать темперамент, рівень тривожності, емоційна чутливість, особливості саморегуляції та розвиток рефлексивних умінь. Саме вони обумовлюють те, як дитина реагує на педагогічні впливи, сприймає успіхи і невдачі та формує уявлення про власні можливості.

Важливу роль відіграє темперамент, оскільки він визначає інтенсивність емоційних реакцій та швидкість відгуку на зовнішні стимули. За спостереженнями Н. Гавриш, діти з високою емоційною збудливістю частіше демонструють нестійку самооцінку, оскільки їхня реакція на оцінювання дорослих є більш чутливою та імпульсивною [12, с.78]. Такі учні гостріше переживають помилки та зауваження, що може призводити до формування негативного ставлення до себе.

Одним із найвагоміших факторів є рівень тривожності, який значною мірою впливає на самооцінку молодшого школяра. Підвищена тривожність зумовлює схильність до самозаниження, побоювання зробити помилку, уникнення перевірок або видів діяльності, що передбачають оцінювання. За даними О. Кононко, тривожні діти більше орієнтуються на зовнішнє схвалення, ніж на власні критерії успіху, тому їхня самооцінка формується переважно під впливом реакції дорослих [24, с. 65].

Емоційна чутливість також визначає те, як дитина оцінює власні досягнення. Л. Хоружа зазначає, що молодші школярі з високою сенситивністю схильні перебільшувати власні невдачі й занижувати значущість успіхів, оскільки вони надто емоційно реагують на найменші оцінні стимули, особливо негативні [57, с. 42]. Емоційно врівноважені діти, навпаки, демонструють більш стійку, реалістичну самооцінку, здатні конструктивно аналізувати результати діяльності.

Не менш важливою є саморегуляція, що забезпечує здатність контролювати поведінку, емоції та увагу. Дослідження Н. Мачинської підтверджують, що високий рівень довільності поведінки та розвинена саморегуляція сприяють реалістичному самооцінюванню, оскільки дитина може розмежовувати емоційне переживання невдачі та фактичний результат діяльності [33, с.91]. Низький рівень самоконтролю, навпаки, часто призводить до емоційних реакцій, що спотворюють оцінку власних можливостей.

Окремо варто відзначити фактор рефлексивності, здатності дитини аналізувати свої дії, переживання та результати. Т. Піроженко підкреслює, що саме розвиток рефлексії у молодшому шкільному віці є психічним механізмом формування адекватної самооцінки, оскільки завдяки рефлексивним умінням дитина переходить від зовнішніх до внутрішніх критеріїв оцінювання [40, с. 103]. Нерозвинена рефлексія призводить до залежності від оцінки дорослого й нестійкості самооцінних суджень.

Отже, індивідуально-психологічні характеристики значною мірою визначають, як саме дитина молодшого шкільного віку формує уявлення про себе. Підвищена тривожність, емоційна сенситивність, імпульсивність та недостатня саморегуляція можуть створювати ризик заниження або нестійкості самооцінки, тоді як врівноваженість, сформованість довільності, рефлексивність і позитивний тип темпераменту сприяють формуванню адекватних, реалістичних самооцінних суджень. Усвідомлення вчителем цих факторів дає змогу здійснювати більш точний, індивідуально спрямований педагогічний вплив.

Важливу роль відіграє також соціокультурний контекст, зокрема інформаційне середовище, вплив медіа, стиль виховання, ціннісні орієнтації сім'ї та школи. Концепція Нової української школи підкреслює, що цілісний розвиток самооцінки можливий лише в умовах партнерської взаємодії всіх учасників освітнього процесу, рівності, підтримки та педагогічної гуманності [26, с. 14-16].

Таким чином, формування самооцінки молодших школярів визначається комплексом взаємопов'язаних факторів: сімейними взаєминами, стилем педагогічного спілкування, організацією навчальної діяльності, досвідом соціальної взаємодії та індивідуально-психологічними особливостями дитини. Урахування цих чинників є необхідною умовою ефективного педагогічного впливу та розвитку адекватної самооцінки в умовах сучасної початкової школи.

Висновки до першого розділу

У першому розділі було здійснено теоретичний аналіз сутності самооцінки, закономірностей її формування у дітей молодшого шкільного віку та визначено ключові фактори, що впливають на розвиток даного особистісного утворення. Проведене дослідження дозволяє стверджувати, що самооцінка є комплексним психологічним феноменом, який поєднує

когнітивну, емоційну й поведінкову складові та виступає важливим внутрішнім регулятором поведінки школяра. У науковій літературі самооцінка розглядається як елемент структури «Я-концепції», система ставлення дитини до себе, рівень усвідомлення власних можливостей і меж, а також показник її емоційного благополуччя. Дослідники підкреслюють, що саме в молодшому шкільному віці відбувається перехід від ситуативних оцінних реакцій до формування відносно стійких самооцінних суджень, що обумовлює актуальність глибшого вивчення цього процесу.

Аналіз вікових та психологічних особливостей дітей 6–10 років засвідчив, що формування самооцінки в цей період має низку специфічних рис. Молодшим школярам притаманна підвищена емоційність, залежність від оцінки дорослого, недостатня сформованість рефлексії, що зумовлює нестійкість самооцінки та її переважну зовнішню детермінацію. Разом із тим саме в цей віковий період інтенсивно формуються основи довільності, самосвідомості, здатності до самоаналізу, що створює сприятливі умови для педагогічного впливу. Важливою особливістю є нерівномірність і неоднорідність розвитку самооцінних суджень: діти можуть демонструвати як завищену, так і занижену самооцінку, що пов'язано з впливом соціального середовища та індивідуально-психологічних характеристик.

У ході дослідження встановлено, що процес формування самооцінки опосередковується низкою факторів, серед яких провідну роль відіграють сімейне оточення, особливості навчальної діяльності та стиль педагогічної взаємодії. У сімейному середовищі закладається первинний емоційний фундамент, на основі якого дитина формує уявлення про власну значущість, компетентність і право на помилку. Від підтримувального, приймаючого стилю виховання залежить стійкість та позитивність самооцінки, тоді як надмірна критика або емоційна холодність можуть призводити до її зниження чи нестабільності. У шкільному середовищі ключовими детермінантами є система оцінювання, характер зворотного зв'язку, створення ситуацій успіху й доступність рефлексивних практик.

Проведений аналіз показав, що стиль педагогічної взаємодії безпосередньо впливає на самооцінку дитини. Доброзичливе, партнерське, емпатійне спілкування сприяє розвитку впевненості, формуванню позитивного ставлення до себе та зниженню навчальної тривожності. Критичний, авторитарний або непослідовний стиль навпаки може формувати страх помилки, уникнення нових завдань і занижені самооцінні судження. Важливою умовою є також індивідуалізація навчальних завдань і підтримка внутрішньої мотивації, які дозволяють учням відчувати власний прогрес та успіх.

Значну роль у формуванні самооцінки відіграють індивідуально-психологічні чинники: темперамент, рівень тривожності, емоційна чутливість, здатність до саморегуляції, сформованість рефлексії. Ці характеристики визначають специфіку реагування дитини на оцінні впливи, а також інтенсивність та якість переживання успіху й невдачі. Діти з підвищеною чутливістю або тривожністю більш схильні до нестійкої чи заниженої самооцінки, а врівноважені та емоційно стабільні – до реалістичної.

Узагальнюючи результати, можна зазначити, що самооцінка молодшого школяра є динамічним і багатокомпонентним утворенням, на яке впливають як внутрішні психологічні механізми, так і зовнішні педагогічні та сімейні умови. Формування самооцінки відбувається в контексті освітнього середовища, що має забезпечувати підтримку, визнання індивідуальності дитини, врахування її вікових особливостей та створення умов для успішної навчальної діяльності. Водночас саме початкова школа є тим періодом, коли закладаються основи стійкої, адекватної самооцінки, що зумовлює відповідальність учителя за організацію психологічно безпечного й підтримувального освітнього простору.

Таким чином, теоретичний аналіз підтвердив, що формування самооцінки молодших школярів є складним процесом, який вимагає системного педагогічного підходу, взаємодії сім'ї та школи, врахування

індивідуальних особливостей учнів і використання ефективних педагогічних технологій. Розуміння сутності цього процесу створює підґрунтя для подальшого визначення педагогічних умов та методичного інструментарію розвитку самооцінки в умовах сучасної початкової освіти.

РОЗДІЛ 2. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ В УМОВАХ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ

2.1. Дослідження рівня сформованості самооцінки учнів початкової школи

Для з'ясування того, наскільки сформована самооцінка в учнів молодшого шкільного віку, було проведено констатувальний етап експериментального дослідження. На цьому етапі ми окреслили та проаналізували структурні компоненти самооцінки як інтегральної особистісної характеристики, яка формується через взаємодію кількох взаємопов'язаних складників, кожен із яких водночас має власну специфіку та функціональну самостійність.

Першим був розглянутий **мотиваційно-ціннісний компонент**, що охоплює потребу дитини в самооцінюванні, її інтерес до аналізу власних дій, результатів і особистих якостей.

Другим структурним елементом було визначено **когнітивний компонент**, який охоплює уявлення учнів про сутність самооцінювання, знання про критерії та еталони, відповідно до яких можна оцінювати власні дії та результати. Сформованість цього компонента свідчить про здатність школяра усвідомлювати сам процес оцінювання та орієнтуватися на об'єктивні стандарти.

Третім був проаналізований **діяльнісно-практичний компонент**, що включає володіння учнями різними способами самооцінювання, уміння відрізняти сильні та слабкі сторони своєї роботи, здатність формулювати розгорнуті, аргументовані й диференційовані самооцінні судження.

Сукупність показників кожного з описаних компонентів стала підґрунтям для визначення рівнів сформованості самооцінки молодших школярів у навчальній діяльності та подальшого аналізу ефективності педагогічних умов, спрямованих на її розвиток.

У своїх дослідженнях ми спиралися на наукові підходи до визначення рівнів особистісного розвитку, запропоновані Г. Гавриличевою, О. Савченко та іншими науковцями. З метою визначення рівнів сформованості самооцінки молодших школярів на констатувальному етапі експерименту було здійснено порівняльний аналіз отриманих діагностичних даних та їх співвіднесення з уже наявними у психолого-педагогічній літературі класифікаціями. Спираючись на праці дослідників, ми визначили три рівні розвитку когнітивного компонента самооцінки.

Високий рівень когнітивного компонента характеризується сформованою системою знань, необхідних для здійснення оцінної діяльності. Учень упевнено володіє як декларативними знаннями (усвідомлює, *що* саме потрібно оцінювати), так і процедурними (розуміє, *як* здійснюється оцінювання). Він може самостійно обрати критерій або еталон, на який буде орієнтуватися, знає послідовність дій під час оцінювання та демонструє здатність критично аналізувати власні результати. Такі учні прагнуть удосконалювати уміння самооцінювання й виявляють наполегливість у саморозвитку. Вони охоче виконують творчі завдання, у яких можуть проявити свої здібності, демонструють здатність розуміти емоційний стан інших і співпереживати.

Середній рівень відображає часткову сформованість уявлень про сутність самооцінювання. Школяр знає основні способи й послідовність оцінних дій, проте його судження часто є непослідовними або поверховими. Він може визначити критерії оцінювання лише за підтримки вчителя, а в процесі самооцінювання інколи спирається на зовнішні підказки. Учень здатний формулювати оцінні судження, однак його висновки не завжди є змістовними чи обґрунтованими; іноді він недостатньо критично ставиться до власних і зовнішніх оцінок. Водночас застосування методів самооцінювання носить епізодичний характер і залежить від умов ситуації чи підтримки вчителя.

Низький рівень характеризується мінімальною сформованістю знань і навичок оцінювання. Учень не орієнтується в еталонах, не може самостійно пояснити, за яким принципом треба оцінювати виконану роботу, уникає процесу самооцінювання або виконує його лише за прямим вказівками вчителя. Йому важко співвіднести результат своєї діяльності з критеріями, він не здатний аргументувати власну оцінку. Такі діти зазвичай беззастережно погоджуються з будь-якими зауваженнями дорослого, не оцінюють складності завдання та повністю залежать від зовнішнього контролю. Вони уникають творчих завдань, які передбачають необхідність виявити індивідуальні можливості й проаналізувати власний внесок у діяльність.

Таким чином, у розвитку кожного з компонентів – мотиваційно-ціннісного, когнітивного та діяльнісно-практичного – було визначено три рівні сформованості: високий, середній і низький. Це дозволило отримати комплексну картину розвитку самооцінки молодших школярів.

Для визначення рівня сформованості мотиваційно-ціннісного, когнітивного та діяльнісно-практичного компонентів самооцінки молодших школярів було проведено констатувальний етап експерименту. На цьому етапі ми використали три групи діагностичних методик, частину з яких адаптували відповідно до цілей нашого дослідження, а також залучили низку відомих психодіагностичних інструментів, представлених у працях із діагностики самооцінки [44].

Перша група методик була спрямована на дослідження мотиваційно-ціннісного компонента самооцінки, який відображає глибинні спонуки дитини до самооцінювання, її інтерес до аналізу власної діяльності та ставлення до себе. У молодшому шкільному віці провідний вплив на активність дитини здійснюють соціальні мотиви, які тісно пов'язані з її прагненням бути прийнятою, зрозумілою та успішною в очах значущих дорослих. Серед таких мотивів можна виокремити інтерес до світу дорослих і бажання уподібнитися їм; потребу у встановленні й підтримці позитивних

стосунків із батьками та вчителями; мотиви самоствердження й досягнення; змагальні мотиви, пов'язані з прагненням бути кращим; а також процесуальні мотиви, викликані інтересом до самого навчального процесу.

Більшість перелічених мотивів є проявами базової потреби молодших школярів у схваленні, підтримці, визнанні та спілкуванні. Саме тому діти цього віку особливо чутливо реагують на оцінювання з боку педагогів і батьків, орієнтуються на їхнє ставлення та прагнуть відповідати очікуванням значущих дорослих.

Ціннісне ставлення до себе та до інших людей є фундаментом психологічного благополуччя дитини, передумовою морального розвитку й важливою умовою життєвого самовизначення. Саме на цьому ґрунті формується здатність школяра до самоповаги, співпереживання, саморозвитку й адекватного самооцінювання, що робить дослідження мотиваційно-ціннісного компонента надзвичайно важливим для розуміння загального рівня сформованості самооцінки.

У процесі вивчення мотиваційно-ціннісного компонента самооцінки ми застосували адаптовану методику, умовно позначену як «Шкала самооцінки» (Додаток А), яку проводили під час уроку математики. Її метою було визначити, які мотиви переважають у навчальній діяльності молодших школярів. Учням пропонувалося уважно прочитати низку тверджень і закреслити цифру, що відповідає їхньому актуальному емоційному стану. Аналіз отриманих відповідей виявив високий рівень внутрішнього напруження під час уроків: майже 88,9% дітей зазначили, що «почуваються стривоженими», 69,8% – що «не впевнені у собі», а 79,7% – що «їх турбують думки про уроки».

Такі результати дають підстави стверджувати, що у значної частини учнів домінують мотиви уникнення неприємностей і прагнення отримати схвалення або випадкову «вдачу», а не власне пізнавальні мотиви. Це свідчить про підвищену емоційну чутливість дітей до оцінювання й

підтверджує необхідність формування у школярів внутрішніх мотивів і навичок самостійного самооцінювання.

Для глибшого розуміння мотиваційної сфери та рівня потреби дітей у діяльності самооцінювання ми провели анкетування батьків і вчителів. Методика «Яка ваша дитина?» (Додаток Б) була спрямована на виявлення рівня самостійності школярів, мотивів їхнього навчання та ролі сім'ї у розвитку вміння адекватно оцінювати себе. За отриманими даними, 66,7% батьків вважають своїх дітей достатньо самостійними й здатними до самокритичної оцінки. Водночас 57,6% відзначають у дітей емоційність, здатність до співпереживання та радість за успіхи інших.

Наступна методика – «Ваша дитина» (Додаток В) – була спрямована на з'ясування індивідуально-психологічних особливостей, інтересів, типових поведінкових проявів та ставлення дітей до навчання й членів сім'ї. Аналіз анкет виявив низку проблемних моментів: 10,2% батьків не змогли назвати улюблений навчальний предмет своїх дітей або їхні захоплення, що свідчить про недостатню поінформованість щодо інтересів дитини. Крім того, 15,3% батьків зізналися, що мають обмежений час на спілкування через професійну зайнятість. Ці дані стали приводом для рефлексії багатьох батьків і спонукали їх замислитися над питанням: «Чи достатньо добре я знаю свою дитину?».

У цілому батьківські оцінки виявилися досить об'єктивними. Зокрема, було відзначено, що 23,8% учнів не завжди виявляють чуйність і турботу, а їхня старанність проявляється переважно під контролем дорослого або за умови зовнішнього заохочення. Доволі низько оцінено рівень критичності: лише 17,1% дітей здатні висловлювати власні судження, 9,2% негативно реагують на критику, а 10,8% залишаються байдужими до критичних зауважень.

Показово, що майже половина опитаних батьків (49,9%) називали як позитивні, так і негативні сторони особистості своїх дітей, що свідчить про реалістичність і збалансованість їхніх оцінок.

Друга група діагностичних методик була спрямована на визначення рівня сформованості **когнітивного компонента самооцінки**, тобто уявлень молодших школярів про власні якості, уміння аналізувати себе та давати оцінку сильним і слабким сторонам особистості. До цього блоку увійшли методика незакінчених речень, написання міні-творів, самоописи, індивідуальні бесіди, а також комплекс проєктивних малюнкових завдань: «Мій ромашковий портрет» (Додаток Г), «Я і моя тінь» (Додаток Д), «Який я?» (Додаток Е).

Однією з ключових методик стала методика **незакінчених речень**, у межах якої дітям пропонувалося продовжити фрази типу: «Якби я міг...», «На мою думку, мені заважає...», «Я відчуваю, що...» (Додаток Ж). Аналіз відповідей дозволив глибше проникнути у внутрішній світ дитини: її переживання, труднощі, уявлення про «світ дорослих», рівень сформованості самооцінних суджень, а також ціннісні орієнтації та зони внутрішніх конфліктів.

Важливим джерелом інформації стали **міні-твори**, які діти писали у класі. Тематика творів змінювалася залежно від поставлених дослідницьких завдань: «Розповідь про свого однокласника», «Познайомтеся з моїм другом», «Який я?», «Яким я буду через двадцять років». Під час аналізу увага зосереджувалася на тому, як учні описують себе й інших, які особистісні якості підкреслюють, як оцінюють описані життєві ситуації, що вказує на рівень розвитку рефлексії та самоусвідомлення.

Протягом навчального року ми мали змогу простежити **динаміку уявлень дітей про себе**, що стало одним із важливих індикаторів результативності формування самооцінки. Аналіз творів продемонстрував значні відмінності між учнями: одні діти давали розгорнуті багатогранні самоописи – від конкретних умінь («Я вмію добре малювати», «Я можу допомогти подрузі з домашнім завданням») до осмислення шляхів самовдосконалення («Я б міг навчатися краще, якби був уважніший»). Інші діти обмежувалися дуже лаконічними описами («Я учень 2-го класу»), що

свідчило про низький рівень сформованості когнітивного компонента самооцінки.

Важливе місце серед методик посіла проєктивна вправа «**Мій ромашковий портрет**» (Додаток В). Учням пропонувалося написати своє ім'я, зобразити автопортрет-смайлик у центрі ромашки та на кожній пелюстці вказати свої найкращі риси. Це завдання продемонструвало, що в 1-му класі учні ще не здатні адекватно оцінювати власні особистісні якості: у 69,8% школярів самооцінка була завищеною – діти приписували собі риси, які їм не властиві («сильний», «рішучий», «відповідальний»). У 2-му класі завищена самооцінка виявлена у 58,0% учнів, у 3-му – у 43,8%, а в 4-му – у 27,8%, що свідчить про поступове формування здатності до реалістичної самооцінки.

Для подальшої діагностики було застосовано методику «**Я і моя тінь**» (Додаток Д), де учням необхідно було вказати свої позитивні (Я) та негативні (Тінь) риси. Найбільші труднощі виявили першокласники: 26,1% зовсім не змогли назвати жодної «негативної якості». У другому класі таких було 15,8%. У третьому класі всі діти змогли назвати свої позитивні риси, але в частини учнів самооцінка залишалася завищеною; 7,9% третьокласників не змогли виділити негативні якості. У четвертому класі кількість таких учнів зменшилася до 3,8%, що свідчить про розвиток здатності до самокритичності.

Для більш детального вивчення уявлень про самооцінку ми проводили **індивідуальні бесіди** з дітьми 1-4-х класів. Учням ставили запитання про людські якості, їхні власні сильні й слабкі сторони, труднощі та потребу в підтримці дорослих. Індивідуальний формат забезпечував психологічний комфорт і дозволяв отримати більш щирі відповіді. Результати показали чітку вікову динаміку: якщо в першому класі 46,9% дітей не могли дати оцінку своїй поведінці чи якостям, то у другому цей показник зменшився до 31,9%, у третьому – до 27,9%, а у четвертому – до 9,9%.

Отже, використання комплексу діагностичних методик дало змогу всебічно дослідити рівень сформованості когнітивного компонента

самооцінки, виявити його вікову динаміку та простежити індивідуальні особливості самоусвідомлення молодших школярів.

Описана група методик дала можливість побачити, як саме молодші школярі уявляють собі поняття «самооцінка», наскільки вони готові оцінювати себе та чи вміють знаходити у собі не лише позитивні, а й негативні риси. Результати показали, що на початку навчання, у першому класі, когнітивний компонент самооцінки розвинений значно слабше, ніж емоційно-ціннісний. Діти часто покладаються на емоції та загальні враження, а не на усвідомлені знання про себе. Саме тому на ранньому етапі важливу роль відіграє накопичення власного досвіду, участь у груповій діяльності та поступове залучення до рефлексії.

У міру дорослішання, у 2-4-х класах, школярі починають формувати більш цілісну структуру знань про себе: вони вже можуть не лише назвати свої риси, а й пояснити, чому вважають себе саме такими, вміють навести докази або порівняти себе з іншими. Показником розвитку цього компонента стає здатність аргументувати власні оцінки та дивитися на себе очима інших людей.

Третя група методик була спрямована на вивчення того, як діти поведуться у ситуаціях спільної діяльності, як оцінюють себе й інших у практичних завданнях та в яких умовах проявляється їхня самооцінка. Особливу увагу ми звертали на такі вміння:

- оцінювати внесок однокласників у спільну справу;
- осмислювати власні дії та вчинки, пов'язані з дружбаю, взаємодопомогою, роботою в команді;
- приймати оцінку інших дітей, навіть якщо вона неприємна або несподівана.

Для цього ми використали методику «Режисер» (Додаток 3), яку проводили на уроці літературного читання. Учні мали обрати ролі для себе й однокласників у певній ситуації. Завдяки цьому завданню стало можливим

з'ясувати, як школярі бачать свої можливості, якими рисами себе наділяють і наскільки їхнє уявлення про себе відповідає поведінці у реальній діяльності.

Найбільш природною формою для такого дослідження стала сюжетно-рольова гра. Саме в ній діти поведуться вільно, не стримують свої ініціативи та емоції, а тому яскраво проявляють свої самооцінні судження.

Отримані дані засвідчили, що діти часто мають завищене уявлення про свої можливості. Більше половини учнів (52,9%) обирали для себе позитивні, сильні ролі, тоді як у реальній грі виконати головні ролі змогли лише 41,2%. Натомість ролі «другорядного» або «негативного» характеру у процесі гри виконали 58,8% учнів, хоча при первинному виборі таких ролей зазначили лише 47,1%. Це свідчить про певну розбіжність між тим, як діти себе бачать, і тим, як вони реально поведуться у груповій діяльності.

Отже, третя група методик дозволила побачити, як проявляється самооцінка у практичних діях – у грі, виборі ролей, взаємодії з однолітками. Саме ці ситуації показують найреальнішу картину: що дитина думає про себе, у що вірить, чого боїться і як поводить у умовах спільної діяльності. Виявлені розбіжності між уявленнями та реальністю свідчать про необхідність подальшої роботи над розвитком в дітей адекватної самооцінки, яка допоможе їм успішно взаємодіяти у соціальному середовищі та розвиватися гармонійно.

Узагальнюючи результати аналізу рівнів розвитку самооцінки молодших школярів, можна відзначити чіткі відмінності між дітьми, що належать до різних груп. Учні з високим рівнем сформованості самооцінки здатні усвідомлено аналізувати свої вчинки, поведінку та взаємини з іншими людьми. Вони розуміють причини власних успіхів чи невдач, можуть аргументувати свою думку та критично ставитися до отриманих результатів. Такі діти мають сформовану потребу в самоаналізі й сприймають оцінювання як природний і важливий елемент навчальної діяльності.

Школярі із середнім рівнем розвитку самооцінки демонструють лише частково сформовані уміння оцінювати себе. Їхні судження часто залежать

від позиції дорослих або однолітків, а власна думка нерідко ґрунтується на зовнішніх враженнях. Такі діти здатні визначити окремі аспекти своєї діяльності, проте потребують підтримки вчителя, щоб зробити оцінку більш усвідомленою та обґрунтованою.

Учні з низьким рівнем самооцінки зазвичай не замислюються над власними якостями, не вміють аналізувати себе та не мають достатнього уявлення про свої реальні можливості. Для них характерні фрагментарність знань про себе, невміння співвідносити свої успіхи чи невдачі з особистими зусиллями та висока залежність від зовнішніх оцінок. Діти цієї групи часто уникають ситуацій, які потребують самостійного аналізу, і не проявляють стійкої зацікавленості у власному розвитку.

Результати констатувального етапу дослідження підтверджують ці спостереження. Лише 15,6% молодших школярів продемонстрували високий рівень сформованості самооцінки. Натомість значна частина дітей – 41,1% – перебуває на низькому рівні її розвитку. Таким чином, для учнів початкової школи найбільш типовими є середній і низький рівні оволодіння самооцінною діяльністю, що свідчить про недостатню сформованість її структурних компонентів та недосконалість навичок саморефлексії.

Отримані дані акцентують на необхідності цілеспрямованої педагогічної роботи, спрямованої на формування у молодших школярів умінь здійснювати самооцінювання. Важливо забезпечити умови, за яких діти зможуть поступово опановувати способи аналізу власної діяльності, усвідомлювати свої сильні та слабкі сторони й навчатися відповідально ставитися до результатів навчання. Саме системна й педагогічно організована робота сприятиме формуванню адекватної та стійкої самооцінки як важливої складової особистісного розвитку молодших школярів.

2.2. Форми та методи формування самооцінки молодших школярів у практиці сучасного вчителя

Формування самооцінки молодших школярів у практиці сучасного вчителя здійснюється через різноманітні форми освітньої взаємодії, що забезпечують умови для розвитку рефлексії, самостійності, позитивного ставлення до навчання та впевненості у власних можливостях. Важливо, що сучасна педагогіка, особливо у контексті реалізації Концепції Нової української школи, орієнтується на створення таких форм роботи, які сприяють партнерській взаємодії, індивідуалізації та психологічному комфорту дитини.

Однією з провідних педагогічних форм, що безпосередньо впливають на розвиток самооцінки молодших школярів, є *формувальне оцінювання*, головною метою якого виступає підтримка особистісного зростання дитини та розвиток її внутрішньої мотивації. На відміну від традиційного контролю, що фіксує результат, формувальне оцінювання орієнтується на процес навчання, зосереджується на індивідуальному прогресі учня та допомагає йому усвідомлювати власні досягнення в динаміці. Як зазначає О. Онопрієнко, така форма оцінювання стимулює розвиток у школярів здатності аналізувати свої успіхи, визначати проблемні моменти та окреслювати подальші кроки для вдосконалення діяльності, що є ключовим механізмом становлення адекватної самооцінки [33, с. 33].

У практичній діяльності вчителя формувальне оцінювання реалізується через різноманітні інструменти, які створюють для дитини атмосферу підтримки та взаємної довіри. Це, зокрема, конструктивний вербальний зворотний зв'язок, коли педагог не просто оцінює роботу, а пояснює, що саме вдалося учню, що потребує додаткової уваги й як можна досягти кращого результату. Важливе значення мають індивідуальні коментарі, які спрямовані не на порівняння з іншими, а на відстеження особистого поступу.

Ефективними є також візуальні схеми прогресу – таблиці, графіки, маркери досягнень, які дозволяють дитині наочно бачити власний розвиток і закріплюють позитивне сприйняття навчальної діяльності.

Особливу роль відіграє й ведення портфоліо досягнень, у якому учень накопичує свої роботи, результати завдань, творчі продукти, відгуки вчителя. Портфоліо стає інструментом рефлексії, сприяє формуванню вміння оцінювати власний шлях, пишатися прогресом і відповідально ставитися до навчання. Завдяки таким практикам формувальне оцінювання перетворюється на дієвий педагогічний засіб підтримки здорової, адекватної та стійкої самооцінки молодших школярів.

Ефективною формою є **організація рефлексивних вправ**, які допомагають дітям осмислювати власні дії та переживання. Т. Піроженко зазначає, що рефлексивна діяльність сприяє розвитку усвідомленої самооцінки та формує у дитини здатність співвідносити отриманий результат із власними зусиллями [40, с.98]. До таких вправ належать: «Щоденник успіху», «Мій крок вперед», «Світлофор настрою», самооцінні листи, міні-обговорення після виконання завдання.

Ефективною формою впливу на становлення самооцінки молодших школярів є організація різноманітних *рефлексивних вправ*, які дають можливість дитині зосередитися на власних діях, переживаннях та результатах діяльності. Рефлексія допомагає школярам не лише пригадати, що вони зробили, а й осмислити *як* вони це зробили, що викликало труднощі, а що, навпаки, вдалося. Як підкреслює Т. Піроженко, рефлексивна діяльність виступає важливою умовою розвитку усвідомленої, стійкої самооцінки та формує у дитини здатність співвідносити досягнутий результат із власними зусиллями та докладеною працею [40, с. 98]. Це означає, що школяр починає розуміти причинно-наслідкові зв'язки між тим, як він працював, і тим, який результат отримав, що є ключем до формування адекватного самосприйняття.

У педагогічній практиці рефлексивні вправи набувають різних форм, але всі вони спрямовані на розвиток внутрішнього аналізу та позитивного

самоствавлення. Однією з найдієвіших є «Щоденник успіху», де учень щодня або щотижня фіксує свої досягнення, навіть невеликі, що допомагає поступово накопичувати позитивний досвід і формувати віру у власні можливості. Вправа «Мій крок вперед» дозволяє дитині виділити найменший, але важливий прогрес у власній діяльності, акцентуючи увагу на зростанні, а не на недоліках. Популярною є й техніка «Світлофор настрою», яка допомагає учням усвідомити та висловити емоційний стан, пов'язаний із виконанням завдання чи участю в уроці, що сприяє розвитку емоційної рефлексії.

Крім того, значний вплив мають самооцінні листи, у яких діти відповідають на прості запитання: «Що в мене вийшло найкраще?», «Що було складним?», «Що я можу зробити інакше наступного разу?». Такі практики вчать учня аналізувати власні дії у безпечній, позитивній формі. Дієвими є і міні-обговорення після виконання завдань, де діти разом із учителем розмірковують над процесом діяльності, обмінюються враженнями та формують реалістичні критерії самооцінювання.

У комплексі ці вправи створюють умови для регулярного самопізнання, закладають основу для внутрішніх критеріїв оцінювання та суттєво впливають на становлення внутрішньої, усвідомленої самооцінки молодшого школяра.

Важливою формою педагогічного впливу, що сприяє розвитку адекватної самооцінки молодших школярів, є *створення ситуацій успіху* – спеціально організованих умов, у яких дитина може пережити власну ефективність, відчутти радість досягнення та побачити результат власних старань. Переживання успіху є для молодшого школяра особливо значущим, оскільки саме на цьому етапі формується базова віра у власні можливості та здатність до подолання труднощів. Як наголошує Л. Хоружа, позитивний досвід успіху виступає психологічною умовою стабілізації самооцінки, адже дозволяє учню усвідомити власний поступ, прийняти свої сили та сформувати внутрішнє відчуття задоволеності від виконаної роботи [58,

с.130]. Відтак ситуація успіху не лише викликає позитивні емоції, а й стає важливим фактором особистісного розвитку.

Створення таких ситуацій потребує продуманої роботи вчителя, який моделює навчальне середовище, здатне підтримати кожного учня незалежно від його вихідних можливостей. Одним із найефективніших засобів є використання диференційованих завдань – таких, що відповідають індивідуальному рівню розвитку дитини і дають змогу кожному учневі відчувати власну компетентність. Поступове ускладнення діяльності дозволяє учням переживати не випадковий, а закономірний успіх, пов'язаний із власними зусиллями.

Важливу роль відіграють і заохочувальні коментарі, у яких педагог підкреслює не лише правильність виконання завдання, а й процесуальні моменти: старанність, уважність, наполегливість, активну участь. Саме такі коментарі допомагають дитині навчитися бачити цінність власної роботи та усвідомлювати, що успіх є результатом праці, а не зовнішньої випадковості. У практиці початкової школи ефективними є також індивідуальні схеми прогресу – візуальні відмітки чи графіки, які дозволяють дитині спостерігати власний розвиток у динаміці, що зміцнює впевненість у своїх здібностях і підтримує позитивне ставлення до навчання.

Таким чином, створення ситуацій успіху виступає не лише педагогічною технологією, а й важливим психолого-педагогічним інструментом підтримки особистісної гармонії молодшого школяра, формування його внутрішньої мотивації та побудови стійкої, життєствердної самооцінки.

Важливу роль у формуванні адекватної самооцінки молодших школярів відіграють *індивідуальні бесіди та консультації*, які створюють для дитини безпечний простір довірливої взаємодії з учителем. Саме в особистому спілкуванні педагог має можливість уважно вислухати учня, зрозуміти його переживання, визначити причини труднощів і допомогти дитині побачити власні сильні сторони. Індивідуальна робота дозволяє

врахувати унікальний досвід кожної дитини, її темп розвитку, потреби та внутрішні переживання, які часто залишаються непомітними у звичайній класній діяльності. Як наголошує О. Савченко, саме такий формат взаємодії сприяє виникненню довіри та формуванню позитивного ставлення до себе, що особливо важливо для учнів із нестійкою або заниженою самооцінкою [49, с. 121].

Під час індивідуальних бесід учитель може м'яко спрямувати дитину на усвідомлення причин її труднощів, допомогти розібратися, що саме заважає досягти бажаного результату, та підтримати її у виборі адекватних способів подолання проблем. Особливе значення мають акцентування і підкреслення сильних сторін учня – навіть невеликі успіхи чи прояви старанності можуть стати підґрунтям для зростання віри у власні сили. Такі бесіди також сприяють розвитку реалістичного самопізнання, коли дитина вчиться помічати не лише помилки, а й позитивні зміни, бачити прогрес і сприймати навчальні труднощі як частину розвитку, а не як ознаку невдачі.

У форматі індивідуальних консультацій учитель може допомогти дитині сформувати внутрішні критерії оцінювання власної діяльності, навчити оцінювати свої результати не через призму зовнішньої оцінки, а на основі власних зусиль та об'єктивних ознак якості роботи. Це сприяє становленню більш стійкої та автономної самооцінки, менш залежної від думок інших. Таким чином, індивідуальні бесіди є важливим психолого-педагогічним інструментом підтримки розвитку самосвідомості та позитивного самосприйняття молодших школярів.

У практиці сучасного вчителя дедалі більшого поширення набувають такі інструменти, як *портфоліо досягнень*, *щоденники спостережень*, *творчі проєкти та індивідуальні освітні траєкторії*, які дозволяють системно відстежувати навчальний і особистісний прогрес учня. Портфоліо стає своєрідним «дзеркалом розвитку», де зібрані роботи, проміжні результати, відгуки вчителя й самого учня поступово формують цілісне бачення власних успіхів. Для дитини це не просто збірка матеріалів – це доказ того, що її

зусилля мають результат, а навчання є процесом, у якому важливий не лише кінцевий бал, а й шлях, який вона проходить.

Щоденники спостережень дозволяють учителям і самим дітям фіксувати суттєві зміни в навчанні, поведінці, емоційному стані або навичках взаємодії. Такі записи формують навички саморефлексії: молодший школяр поступово вчиться помічати власні досягнення й труднощі, аналізувати їх причини та визначати напрямки для зростання.

Творчі проєкти, що передбачають індивідуальний чи груповий вибір теми, способів її реалізації та презентації результатів, відкривають можливості для самовираження дитини, розкриття її сильних сторін і прояву ініціативності. Саме в такій діяльності учні найчастіше переживають ситуації успіху, оскільки працюють у власному темпі та відповідно до особистих інтересів.

Не менш важливою сучасною педагогічною практикою є розроблення індивідуальних освітніх траєкторій, які враховують темп, стиль, потреби й можливості кожного учня. Такий підхід допомагає дитині відчувати себе суб'єктом навчання, а не лише виконавцем завдань. Оцінювання в межах індивідуальної траєкторії формується на порівнянні учня із самим собою, а не з однолітками, що суттєво знижує тривожність та сприяє формуванню стабільної, адекватної самооцінки.

У комплексі ці форми роботи розвивають внутрішню мотивацію, підсилюють самостійність та допомагають дітям поступово приймати відповідальність за власне навчання. Вони створюють умови, за яких самооцінка молодшого школяра формується не лише через зовнішні оцінки вчителя, а й завдяки глибокому усвідомленню власного поступу, значущих зусиль та реального особистісного росту [32, с.60].

Отже, сучасний учитель має широкий спектр форм роботи, які сприяють формуванню самооцінки молодших школярів. Їх ефективність залежить від комплексного застосування, емоційної підтримки та

педагогічної чуйності, що забезпечують розвиток адекватної, стійкої та позитивної самооцінки дитини в умовах Нової української школи.

Формування самооцінки молодших школярів потребує використання комплексу методів, які забезпечують розвиток рефлексивних умінь, усвідомлення власних досягнень, позитивної «Я-концепції» та здатності критично, але конструктивно оцінювати власну діяльність. Сучасна початкова школа опирається на методи, що відповідають принципам педагогіки партнерства, формувального оцінювання, особистісно орієнтованого та діяльнісного підходів.

Одним із найбільш ефективних є **метод вербального формувального оцінювання**, який забезпечує індивідуалізований, змістовний зворотний зв'язок між учителем і учнем. На відміну від коротких оціночних реплік типу «молодець» чи «неправильно», такий підхід передбачає розгорнутий коментар, що допомагає дитині зрозуміти, *що саме* вона зробила добре, *у чому* полягала помилка і *як можна поліпшити результат*. О. Онопрієнко зазначає, що змістовний, доброзичливий коментар учителя сприяє усвідомленню учнями своїх досягнень, розумінню напрямів подальшого розвитку та формуванню реалістичної самооцінки [38, с. 41]. Важливо, що в центрі уваги опиняється не особистість дитини («ти нездатний», «ти неухважний»), а її конкретна діяльність та прогрес у ній.

Цей метод ґрунтується на підкресленні позитивних результатів і чіткому окресленні кроків для вдосконалення. Наприклад, замість зауваження «ти неправильно розв'язав задачу», учитель може сказати: «Ти правильно записав умову і обрав потрібну дію, але помилився в обчисленні. Давай ще раз разом перевіримо обчислення». У такому випадку дитина чує, що в її роботі є успішні елементи, а помилка сприймається як тимчасова трудність, яку можна виправити. Під час перевірки письмових робіт замість сухої оцінки вчитель може використовувати коментарі на кшталт: «Мені дуже сподобалося, як ти описав героя – ти підібрав влучні прикметники. Наступного разу спробуй уважніше ставитися до розділових знаків, це

зробить твій текст ще кращим». Таким чином, педагог одночасно підтримує віру дитини у власні сили й задає конкретний напрямок розвитку.

У початковій школі вербальне формувальне оцінювання може також реалізовуватися через короткі індивідуальні обговорення після виконання завдання: «Що в тебе сьогодні вийшло найкраще?», «Що було найважчим?», «Як ти думаєш, що можна зробити, щоб наступного разу було легше?». Учитель, доповнюючи відповіді дитини власним коментарем, допомагає їй побачити не лише результат, а й процес, усвідомити власні зусилля, цілеспрямованість, наполегливість. Наприклад: «Ти сьогодні не відразу зміг виконати всі приклади, але не здався, продовжував пробувати, і це дуже важливо. Твоя уважність зростає». Такий формат зворотного зв'язку підтримує емоційний комфорт, зменшує страх помилки та сприяє тому, що самооцінка дитини стає більш стабільною, реалістичною й орієнтованою на власний прогрес, а не на порівняння з іншими.

Важливим інструментом розвитку адекватної самооцінки є **метод рефлексивних вправ**, спрямований на формування в дітей здатності аналізувати власний досвід, усвідомлювати мотиви власних дій та оцінювати результати діяльності. Рефлексія допомагає молодшому школяреві перейти від зовнішнього оцінювання – коли він орієнтується виключно на думку вчителя – до внутрішнього, заснованого на самоспостереженні, самоаналізі та власних критеріях успішності. За твердженням Т. Піроженко, рефлексивні завдання формують уміння дитини оцінювати свої дії, співвідносити зусилля з результатами та бачити особистий прогрес, що є ключовим механізмом становлення адекватної самооцінки [40, с. 110].

Метод рефлексивних вправ охоплює широкий спектр інструментів, які можна інтегрувати як у кінець уроку, так і в окремі етапи навчальної діяльності. Одним із найпоширеніших є **щоденники рефлексії**, у яких діти фіксують свої думки щодо того, що їм вдалося протягом дня, що викликало труднощі, які емоції супроводжували виконання завдань. Наприклад, дитина може записати: «Сьогодні я навчився правильно вимовляти слова зі складним

сполученням. Спочатку було важко, але я повторював і зміг». Такі записи допомагають учневі побачити власний розвиток у динаміці.

Не менш ефективними є **самооцінні картки**, де кожне завдання супроводжується питаннями: «Як я працював?», «Чи доклав я максимум зусиль?», «Що допомогло мені впоратися?». Заповнення таких карток спонукає дитину аналізувати не лише кінцевий результат, а й процес. Наприклад, учень може позначити зеленим колір, якщо завдання було виконане впевнено, жовтим – якщо виникали труднощі, і червоним – якщо потрібна допомога. Це формує вміння самостійно визначати власні зони росту.

У початковій школі часто використовуються **шкали настрою**, які допомагають дитині усвідомити свій емоційний стан і зв'язати його з результатами діяльності: «На початку уроку я був схвилюваний, але зараз відчуваю радість, бо зробив завдання правильно». Такі вправи є особливо корисними для формування емоційної рефлексії та зниження тривожності.

До рефлексивних технік також належать вправи «**Я сьогодні зміг**» та «**Мій успіх дня**», у яких діти називають хоча б одну дію, навичку чи досягнення, що вдалося їм виконати. У практиці це може виглядати так: дитина піднімає картку або усно говорить: «Я сьогодні зміг прочитати текст без помилок», «Мій успіх дня – я навчився складати приклади до 100». Такі вправи формують позитивну установку на власні можливості, допомагають дитині помічати навіть незначні, але важливі кроки вперед.

Таким чином, метод рефлексивних вправ є потужним засобом розвитку внутрішньої саморегуляції, підвищення впевненості у собі та формування стійкої, усвідомленої самооцінки молодших школярів. Він поєднує емоційний, когнітивний і поведінковий компоненти, створюючи умови для цілісного особистісного розвитку дитини.

У практиці сучасного вчителя широко застосовується **метод самооцінювання**, що дозволяє учням брати активну участь у процесі власного розвитку. Н. Мачинська зазначає, що регулярне самооцінювання

допомагає дітям виробити внутрішні критерії оцінки, підвищує відповідальність за результат навчання та забезпечує формування стійкої самооцінки [33, с. 95]. До цього методу належать символічні оцінки, смайли-шкали, самооцінні листи, «сходишки успіху», робота з портфоліо.

Значний вплив на формування адекватної самооцінки молодших школярів має **метод створення ситуації успіху**, який забезпечує дитині позитивний емоційний досвід навчання та сприяє відчуттю компетентності. У молодшому шкільному віці саме переживання успіху стає важливим психологічним чинником, що визначає мотивацію, активність і ставлення до навчальної діяльності. Як зазначає Л. Хоружа, систематичне переживання успіху сприяє утвердженню віри дитини у власні сили та формує позитивну оцінку власної діяльності, тобто створює внутрішнє переконання, що «я можу», «у мене виходить», «я здатний долати труднощі» [57, с. 59]. Саме тому метод ситуації успіху розглядається не лише як педагогічна технологія, а як важливий засіб емоційної підтримки учня.

Реалізація цього методу потребує від учителя уважного й продуманого підходу до організації навчальної діяльності. Передусім ідеться про **добір завдань відповідного рівня складності**, які відповідають актуальним можливостям дитини. Завдання не повинно бути надто легким, щоб уникнути формальності успіху, але й не надто складним, щоб не викликати фрустрації чи відчуття невдачі. Наприклад, під час вивчення таблиці множення одному учневі можна запропонувати вправи на множення чисел у межах 5, а іншому – завдання з числами до 10, що відповідає їхнім індивідуальним темпам розвитку.

Важливою складовою методу є **індивідуальне дозування допомоги**. Учитель підтримує учня рівно настільки, наскільки це потрібно, щоб він самотійно досяг результату. Це може бути натяк, уточнювальне запитання або коротка підказка, яка спрямовує дитину до правильного рішення, але не робить роботу замість неї. Наприклад, замість того щоб одразу вказати

помилку у задачі, учитель може сказати: «Подумай, чи правильно ти обрав дію. Згадай, що ми робимо, коли шукаємо загальну кількість».

Ще один важливий елемент – **поступове ускладнення діяльності**, яке дозволяє дитині переживати успіх не один раз, а регулярно, у динаміці власного розвитку. Після того як учень упевнено виконує певний тип завдань, учитель може запропонувати завдання підвищеної складності або нову форму роботи. Наприклад, після того як дитина навчилася правильно списувати короткі речення, їй пропонують творче завдання з добором власного заголовка чи складанням короткого опису.

Окрім цього, створення ситуації успіху може підтримуватися **акцентуванням уваги на процесі**, а не лише на кінцевому результаті. Коментар учителя «Ти дуже уважно читав за завданням, і саме це допомогло тобі впоратися» або «Ти сьогодні проявив наполегливість – і це твій справжній успіх» допомагає дитині усвідомити, що успіх залежить від її власних зусиль, а не від випадковості.

Таким чином, метод створення ситуації успіху забезпечує не тільки позитивне емоційне підкріплення, а й формує основу для стійкої, реалістичної та життєствердної самооцінки, яка стає внутрішнім ресурсом особистісного розвитку молодшого школяра.

Особливе місце у формуванні самооцінки молодших школярів займає **метод емоційно-підтримувального спілкування**, оскільки саме він забезпечує психологічну безпеку, знижує рівень тривожності та створює сприятливий емоційний фон для навчальної діяльності. У молодшому шкільному віці діти особливо гостро реагують на інтонацію, міміку, емоційну насиченість мовлення дорослого, тому стиль педагогічної взаємодії стає ключовим чинником їхнього самосприйняття. За спостереженнями О. Кононко, доброзичливе ставлення дорослого, чіткість інструкцій і стабільність педагогічних вимог сприяють формуванню у молодших школярів позитивного ставлення до себе та значно зменшують ризики розвитку заниженої самооцінки [24, с.74]. Таким чином, емоційна підтримка

не є другорядним компонентом навчання – вона є його фундаментальною частиною.

Сутність методу полягає в тому, що учитель вибудовує комунікацію таким чином, щоб дитина відчувала прийняття, увагу та повагу до своїх зусиль. Це означає використання м'яких, підбадьорювальних фраз, доброзичливої інтонації, терплячого пояснення матеріалу, уникнення принизливих або різких коментарів. Наприклад, замість осуду «Ти знову все переплутав» учитель може сказати: «Давай подумаймо разом – ось тут ми можемо виправити й зробити ще краще». Такий підхід знижує емоційне напруження та дає дитині відчуття, що вона не боїться помилитися, оскільки дорослий її підтримує.

Емоційно-підтримувальне спілкування також передбачає чіткі, зрозумілі та стабільні вимоги. Діти молодшого шкільного віку потребують передбачуваності: коли правила й очікування постійно змінюються, це породжує тривогу, невпевненість, внутрішню нестабільність. Натомість ясність інструкцій («Спочатку ми робимо..., потім...»), повторюваність алгоритмів, чітке пояснення очікуваних результатів створюють умови, у яких учень почувається впевненіше. Ця впевненість поступово переноситься і на самосприйняття: дитина починає вірити у власні сили, бо розуміє, що її навчання має логічну структуру, а не є хаотичним чи непередбачуваним процесом.

Практичними проявами цього методу можуть бути: теплий емоційний початок уроку («Я радий тебе бачити, сьогодні в нас буде цікава робота»), короткі індивідуальні фрази підтримки («Ти стараєшся, я це бачу»), позитивне підкріплення навіть часткового успіху («Тут у тебе вже добре виходить, а ось це ми разом доробимо»), а також спокійні й доброзичливі обговорення помилок. Це створює атмосферу, у якій дитина не боїться проявити ініціативу, ставити запитання чи пробувати нові види діяльності.

Таким чином, метод емоційно-підтримувального спілкування виступає не лише засобом психологічного комфорту, а й потужним ресурсом

формування позитивної самооцінки, упевненості у власних можливостях та емоційної стійкості молодших школярів.

Таким чином, методи формування самооцінки у сучасній практиці вчителя охоплюють широкий спектр педагогічних прийомів – від формувального оцінювання та рефлексивних вправ до самооцінювання, навчання у співпраці та емоційно-підтримувального спілкування. Їх системне застосування створює умови для розвитку адекватної, стабільної та позитивної самооцінки молодших школярів.

2.3. Партнерська взаємодія вчителя, батьків і учнів у формуванні самооцінки учнів початкових класів

Партнерська взаємодія між учителем, батьками та учнями є ключовою умовою формування адекватної самооцінки молодших школярів, оскільки саме узгодженість виховних впливів забезпечує цілісний розвиток особистості дитини. У межах Нової української школи педагогіка партнерства визначається як провідний принцип організації освітнього процесу, що базується на довірі, взаємоповазі, відповідальності та спільній діяльності дорослих і дітей.

Згідно з концептуальними положеннями НУШ, партнерська взаємодія передбачає рівноправність учасників освітнього процесу, відкритість комунікації та підтримувальний стиль спілкування, що створює умови для позитивного сприйняття дитиною власного «Я». О. Савченко підкреслює, що партнерство між учителем, учнем і батьками забезпечує єдність виховних впливів та сприяє становленню «внутрішньої позиції школяра», у якій самооцінка виступає важливим регулятором поведінки і навчальної активності [48, с. 9].

Особливого значення партнерська модель набуває у формуванні самооцінки, оскільки стилі взаємодії дорослих і дітей задають емоційний тон усіх навчальних і виховних процесів. Л. Хоружа наголошує, що атмосфера

прийняття, тактовність і повага з боку вчителя та батьків формують у дитини відчуття психологічної безпеки, яке є базовою умовою виникнення позитивної самооцінки молодших школярів [57, с. 66]. Така взаємодія дозволяє дитині відчувати свою значущість, право на помилку та підтримку з боку дорослих під час подолання труднощів.

Педагогіка партнерства у початковій школі ґрунтується на взаємоповазі, довірі та активному залученні учня до освітнього процесу. Одним із ключових її аспектів є **спільне оцінювання та рефлексія**, коли дитина перестає бути пасивним об'єктом оцінювання і стає активним учасником аналізу власних досягнень і труднощів. Такий формат взаємодії між учителем, учнем і батьками сприяє створенню єдиного виховного простору, у якому всі дорослі підтримують дитину у прагненні до розвитку, а сама дитина поступово набуває автономії у власному навчанні.

На думку Т. Піроженко, включення дитини до процесу рефлексії та прийняття рішень сприяє формуванню внутрішніх критеріїв самооцінювання й розвитку відповідальності за результати діяльності [40, с. 112]. Це означає, що учень навчається не лише чекати оцінки від дорослих, а й самостійно визначати, наскільки якісно він виконав завдання, що саме йому вдалося, а над чим потрібно ще працювати. Поступово дитина переходить від зовнішнього оцінювання, яке повністю залежить від учителя, до внутрішнього – заснованого на власних стандартах, інтересах і цінностях. Такий перехід є важливою умовою становлення адекватної, стійкої самооцінки.

Практична реалізація педагогіки партнерства може відбуватися через **спільні рефлексивні обговорення** після завершення проєкту або виконання складного завдання. Учитель може запропонувати дітям питання: «Що сьогодні вдалося найкраще?», «Що було найскладнішим?», «Як ти думаєш, чому саме так сталося?». У відповідь дитина не лише аналізує власні дії, а й чує коментарі та підтримку від однокласників, батьків або педагога, що розширює її здатність об'єктивно оцінювати свій досвід.

Важливою складовою є **спільне планування подальших кроків**, коли учень разом із дорослими визначає, над чим він хотів би працювати далі. Наприклад, після перевірки письмової роботи дитина може сказати: «Я хочу навчитися краще ставити розділові знаки», а вчитель допомагає сформулювати конкретний план: тренувальні вправи, картки, додаткову практику. Такий підхід підтримує відповідальність і самостійність, формує вміння бачити не лише помилки, а й реальні шляхи їх подолання.

У педагогіці партнерства велику роль відіграють **спільні зустрічі з батьками**, де обговорюються успіхи дитини, її сильні сторони, труднощі, особливості характеру та емоційні прояви. У такому форматі голос дитини також має бути почутим: їй пропонується висловити своє бачення власних досягнень чи потреб, оцінити комфортність навчання, окреслити власні цілі. Це підсилює відчуття значущості та формує впевненість у власній думці.

Завдяки залученню дітей до оцінювання та рефлексії педагогіка партнерства забезпечує перехід від зовнішньої залежності – коли дитина орієнтується виключно на думку дорослих – до внутрішньої самостійності, яка ґрунтується на особистій відповідальності та здатності аналізувати власну діяльність. Саме це й становить основу для формування адекватної, збалансованої самооцінки, яка буде підтримувати розвиток особистості впродовж усього навчання.

Важливою складовою партнерської взаємодії між школою та родиною є **узгодженість оцінних впливів**, яка забезпечує дитині стабільність очікувань і передбачуваність вимог. У молодшому шкільному віці саме послідовність і єдність позицій дорослих є критично важливими для формування цілісного уявлення про власні можливості. Н. Мачинська підкреслює, що коли вимоги та оцінювання з боку вчителя і батьків є узгодженими, дитина поступово формує стійке розуміння того, що вважається успіхом, а що потребує доопрацювання; у неї з'являється відчуття внутрішньої опори та впевненості у власній діяльності [34, с. 561]. Навпаки, суперечливі сигнали – наприклад, коли в школі учень отримує виражений

зворотний зв'язок, а вдома чує надмірну критику або, навпаки, безпідставні похвали – породжують у дитини тривожність, невизначеність і нестійку самооцінку, що може призвести до уникання труднощів чи надмірної залежності від зовнішнього схвалення.

Узгодженість оцінних впливів проявляється в єдності підходів до організації діяльності, критеріїв оцінювання, способів підтримки та корекції поведінки. Важливими є регулярні комунікації між учителем і батьками, під час яких обговорюються успіхи дитини, її труднощі, сильні сторони та динаміка розвитку. Такі зустрічі дають можливість усім дорослим бачити освітній процес у цілісному вигляді та спрямовувати свої дії в одному напрямі, не створюючи для дитини подвійних стандартів.

У контексті концепції Нової української школи педагогіка партнерства створює сприятливі умови для формування самооцінки молодших школярів, забезпечуючи психологічну підтримку, стабільність вимог, можливість залучення дитини до процесів самооцінювання та рефлексії. Така модель взаємодії дає змогу вибудовувати довірливі, відкриті стосунки між школою та родиною, де думка дитини цінується, а її освітній шлях розглядається як спільна відповідальність.

Результатом такої узгодженої взаємодії стає формування стійкої, позитивної й адекватної самооцінки, яка є важливою умовою не лише особистісного становлення, а й тривалої навчальної мотивації, емоційної стабільності та здатності брати відповідальність за власні результати. Як наголошує О. Савченко, ефективна співпраця між школою та родиною забезпечує створення єдиного виховного простору, у якому формування самооцінки відбувається послідовно, цілісно та узгоджено [48, с. 8].

Таким чином, партнерська модель взаємодії, що лежить в основі НУШ, є одним із ключових чинників, який забезпечує гармонійне становлення самооцінки молодшого школяра та позитивно впливає на його подальший успіх у навчанні й житті.

Важливим елементом партнерства є **відкрите педагогічне спілкування**, яке забезпечує взаєморозуміння, психологічну безпеку та емоційний комфорт молодших школярів. Саме відкритість у взаємодії дає змогу вчителю, батькам і учням спільно визначати очікування, обговорювати труднощі та досягнення, формувати позитивне ставлення дитини до своїх результатів. Як підкреслює Л. Хоружа, відкрите спілкування формує «атмосферу довіри, що виступає передумовою формування позитивної самооцінки та внутрішньої стабільності особистості» [57, с. 69]. Це означає, що педагог не лише інформує, а й уважно слухає дитину, визнає її право на власну думку та емоційний досвід.

Відкрите педагогічне спілкування включає доброзичливий тон, прийняття емоцій учня та здатність учителя адаптувати власні реакції до індивідуальних особливостей дитини. О. Савченко наголошує, що стиль спілкування вчителя визначає характер навчальної взаємодії і прямо впливає на формування у школяра віри у власні сили [48, с.7]. Якщо учень відчуває, що до нього ставляться з повагою, його самооцінка зміцнюється, він легше долає труднощі й охочіше включається в навчальний процес.

Не менш важливим є залучення батьків до відкритого діалогу. Н. Мачинська зазначає, що відкритість інформації про навчальні успіхи, труднощі, індивідуальні особливості дитини та педагогічні очікування сприяє узгодженості оцінних впливів родини й школи [34, с.58]. У таких умовах учень отримує однакові сигнали щодо важливості зусиль, відповідальності та власного прогресу, що допомагає формуванню стабільної самооцінки.

Важливою формою відкритого педагогічного спілкування є діалогічна взаємодія – спільне обговорення, запитання-відповіді, рефлексивні бесіди, які стимулюють дитину до усвідомлення своїх емоцій, мотивів та власних досягнень. Т. Піроженко підкреслює, що діалог як форма педагогічної підтримки сприяє розвитку емоційної компетентності й допомагає школярам адекватно оцінювати свої можливості [39, с.60]. Цей процес є основою

розвитку самооцінки, яка формується не лише через оцінювання, а й через уважне ставлення до внутрішнього світу дитини.

Таким чином, відкрите педагогічне спілкування є фундаментом партнерської взаємодії, оскільки створює умови для емоційної захищеності, довіри та реалістичного сприйняття дитиною самої себе. Воно забезпечує узгодженість виховних впливів, сприяє розвитку рефлексії та формує позитивне ставлення молодшого школяра до власних можливостей і до навчання загалом.

Партнерська взаємодія передбачає **активне залучення учня до процесу оцінювання**, що дає йому змогу формувати внутрішні критерії самоаналізу. Т. Піроженко наголошує, що включення дітей у процес рефлексії сприяє їхній самостійності та усвідомленню власних досягнень, що безпосередньо впливає на формування самооцінки [40, с. 115]. Використання учнівських портфоліо, самооцінних карток, рефлексивних бесід і колективних обговорень дозволяє дитині усвідомити власні успіхи, окреслити зони розвитку та навчитися конструктивно аналізувати свої результати.

Важливою складовою партнерської взаємодії є **просвітницька робота з батьками**, спрямована на формування у них розуміння вікових особливостей розвитку самооцінки. О. Кононко підкреслює, що батьки повинні володіти знаннями про психологічні потреби дитини молодшого шкільного віку, особливо про значення емоційної підтримки та толерантного ставлення до помилок [24, с. 71]. Залучення батьків до тренінгів, консультацій, педагогічних семінарів дозволяє підвищити якість взаємодії родини зі школою та забезпечити єдність виховних стратегій.

Ефективним інструментом педагогіки партнерства є **спільні проєкти вчителя, учнів і батьків**, які створюють природне середовище співпраці, взаємопідтримки та позитивного емоційного досвіду. Такі проєкти мають не лише навчально-виховне значення, а й вагому психологічну функцію, адже дозволяють дитині відчути свою важливість у двох ключових середовищах –

шкільному та родинному. Коли учень бачить, що його батьки та вчитель діють як команда, підтримують його ініціативи, цікавляться результатами та беруть участь у спільних справах, у нього формується глибоке переживання значущості власної діяльності. Це переживання є потужним підсилювачем позитивної самооцінки.

Такі форми взаємодії можуть реалізовуватися у вигляді творчих виставок, родинних майстер-класів, навчальних міні-проектів, благодійних акцій, екологічних ініціатив, підготовки святкових заходів чи пошуково-дослідницьких завдань. Наприклад, у проекті «Мій родовід» дитина не лише працює з інформацією, а й спільно з батьками створює творчий продукт, отримуючи позитивне підкріплення від обох сторін. У проекті «Еко-сім'я» учень разом із родиною та вчителем планує екологічні дії, а потім представляє результати – це формує почуття відповідальності та позитивну оцінку власного внеску.

Спільна діяльність сприяє тому, що сім'я і школа об'єднують свої оцінні підходи, формуючи для дитини єдину систему підтримки. Коли дорослі разом аналізують результати проекту, обговорюють успіхи й труднощі з позицій партнерства, дитина відчуває відповідальну, але доброзичливу увагу до своїх зусиль. Такий формат нівелює суперечливі оцінні сигнали, які інколи виникають у повсякденному навчанні, та встановлює цілісність і послідовність у вимогах.

Важливим є й емоційний аспект: спільні проекти створюють ситуації радості, творчості, відкриття нового, в яких дитина переживає спільний успіх – не лише особистий, а й родинно-шкільний. Це зміцнює довіру між учнем, батьками та педагогом, сприяє формуванню позитивного самоствавлення та внутрішнього відчуття підтримки.

Таким чином, спільні проекти вчителя, учнів і батьків є дієвим інструментом зміцнення позитивної самооцінки, оскільки вони забезпечують дитині цілісний досвід співпраці, включеності, розуміння та взаємної довіри

– ті елементи, які є фундаментом для гармонійного особистісного розвитку молодшого школяра.

Отже, партнерська взаємодія вчителя, батьків і учнів є важливою умовою формування адекватної, стійкої та позитивної самооцінки молодших школярів. Узгодженість оцінних впливів, емоційна підтримка, участь дитини у рефлексивній діяльності та активне залучення батьків забезпечують цілісне освітнє середовище, у якому учень може розвивати впевненість у власних силах, прийняття себе й позитивне ставлення до навчання.

2.4. Використання арт-терапевтичних і рефлексивних технік у формуванні самооцінки молодших школярів

В умовах сучасної початкової освіти арт-терапевтичні та рефлексивні техніки виступають ефективними засобами формування адекватної й стійкої самооцінки молодших школярів. Ці методи забезпечують можливість м'якого психологічного впливу через емоційно-образні та творчі форми діяльності, що відповідає віковим особливостям дітей. Як зазначає Т. Піроженко, використання творчих і рефлексивних технік у молодшому шкільному віці сприяє розвитку емоційної саморегуляції, усвідомленню власних переживань і формуванню позитивного образу «Я» [40, с. 118].

Однією з ключових форм є **малюнкова арт-терапія**, яка дозволяє дитині символічно виразити себе, власний стан і ставлення до діяльності. Цей метод є надзвичайно ефективним для молодших школярів, оскільки малюнок виступає природним засобом емоційного самовираження, доступним навіть тим дітям, які ще не можуть чітко формулювати свої думки вербально. Як підкреслює Л. Хоружа, малюнкова діяльність допомагає виявляти приховані емоції та внутрішні переживання дітей, що безпосередньо впливають на їхнє самосприйняття та самооцінку [57, с. 74].

Малюнкова арт-терапія дає можливість учневі побачити власні досягнення, відобразити ситуації успіху та позитивні сторони себе. Техніки

«Мій портрет у школі», «Я – успішний», «Колесо моїх сильних сторін» сприяють формуванню позитивного образу «Я» та допомагають дитині усвідомити власні можливості. О. Піроженко наголошує, що творчі візуальні форми роботи активізують процеси самоаналізу та знижують рівень тривожності, що є важливим фактором у становленні стабільної самооцінки [40, с. 118].

Особливо цінною є можливість обговорення створених малюнків разом із учителем або в колі групи, оскільки така рефлексивна бесіда дозволяє дитині почути позитивні відгуки, усвідомити індивідуальність власної творчості та отримати підтримку. За спостереженнями Н. Мачинської, обговорення художніх робіт стимулює розвиток рефлексії та формує впевненість у власних творчих здібностях, а це безпосередньо впливає на підвищення самооцінки [33, с. 106].

Крім того, малюнкова арт-терапія сприяє формуванню саморегуляції, адже дозволяє дитині виражати емоції безпечним шляхом і зменшувати внутрішню напругу. Це особливо важливо для дітей із підвищеною чутливістю чи тривожністю. О. Савченко підкреслює, що творчі завдання, які не мають «правильного» або «неправильного» розв'язання, створюють атмосферу успіху й підтримують позитивне ставлення до навчальної діяльності [49, с. 152].

Таким чином, малюнкова арт-терапія є комплексним методом формування самооцінки молодших школярів, оскільки вона одночасно розвиває емоційну сферу, рефлексивні уміння, уявлення про власні сильні сторони та підтримує позитивне самосприйняття кожної дитини.

Однією з ключових форм є **малюнкова арт-терапія**, яка дозволяє дитині символічно виразити себе, власний стан і ставлення до діяльності. За визначеннями Л. Хоружої, малюнок виступає важливим каналом емоційної комунікації дитини з дорослим і дає можливість учителю побачити глибинні почуття, що впливають на самооцінку [57, с.74]. Техніки «Мій успіх», «Я сьогодні зміг», «Автопортрет у школі» дають змогу дитині відчувати власну

значущість, усвідомити досягнення й сформувати позитивне ставлення до себе та навчання.

Ефективною є також **казкотерапія**, яка дає змогу опосередковано проговорювати проблеми, страхи та сумніви, що впливають на самооцінку. Казка є природним і зрозумілим для дитини молодшого шкільного віку способом осмислення життєвих ситуацій, оскільки вона поєднує образність, емоційність і сюжетність. Як зазначає Н. Мачинська, казкові історії створюють безпечний простір для вираження складних переживань, дозволяють дитині «побачити себе» у герої, ототожнитися з його сильними сторонами та побачити можливість подолання труднощів [33, с.104]. Завдяки цьому казкотерапія сприяє розвитку внутрішнього відчуття сили, віри у власні можливості та формуванню позитивної самооцінки.

Методи казкотерапії дозволяють обговорювати ситуації успіху та невдачі в метафоричній формі, що знижує рівень тривожності й опір дитини до складних тем. О. Піроженко наголошує, що в процесі роботи з казковими сюжетами діти здобувають важливий досвід емоційного саморозуміння та вчаться знаходити конструктивні способи виходу зі складних ситуацій [40, с. 122]. Важливо, що дитина не лише слухає казку, а й взаємодіє з нею – додає епізоди, змінює поведінку персонажів, співтворює сюжет. Це формує почуття контролю та суб'єктності, які є важливими елементами адекватної самооцінки.

Розповідання казок, створення власних історій, драматизації та малювання ілюстрацій до казкових сюжетів сприяють формуванню внутрішньої гармонії та зміцненню образу «Я». За спостереженнями Л. Хоружої, казкові персонажі виконують роль моделей поведінки, з якими дитина може ототожнитись, що сприяє розвитку морально-вольових якостей та впевненості у власній спроможності долати труднощі [57, с. 78]. Таким чином, казкотерапія виступає ефективним інструментом підтримки дітей, які зіштовхуються з невпевненістю, сором'язливістю або страхом помилки.

Крім того, казкотерапевтичні техніки допомагають учителю вибудовувати емоційно підтримувальну взаємодію з учнями. Обговорення сюжетів, моральних дилем і вчинків героїв створює умови для м'якої корекції поведінки та самооцінних суджень. За відомостями О. Савченко, залучення учнів до творчих сюжетних вправ сприяє розвитку позитивної мотивації до навчання і формує здатність бачити себе як активного учасника освітнього процесу [49, с. 154].

Отже, казкотерапія є важливим і дієвим засобом формування самооцінки молодших школярів, оскільки поєднує емоційний, когнітивний та поведінковий впливи, допомагає дитині усвідомити власний внутрішній потенціал, подолати страхи та сформувати позитивне ставлення до себе.

Н. Мачинська звертає увагу на те, що казкові сюжети сприяють усвідомленню дитиною власних ресурсів, допомагають побачити можливі шляхи подолання труднощів та формують віру у власні можливості [33, с.104]. Такі методи, як створення власних історій, продовження казки чи малювання героїв, дозволяють розвивати емоційну стабільність і почуття впевненості.

До арт-терапевтичних методів, ефективних у формуванні самооцінки, належать **музикотерапія, пісочна терапія, техніки вільного ліплення**, що дають можливість емоційного розвантаження і зміцнення позитивного ставлення дитини до власних дій. Творча діяльність знижує тривожність, сприяє самовираженню й підтримує дитину в ситуаціях невдач, що є важливим фактором стабільності самооцінки.

Важливе місце займають **рефлексивні техніки**, які формують здатність дитини аналізувати власні дії та результати. У молодшому шкільному віці рефлексія лише починає інтенсивно розвиватися, тому педагогічна підтримка є вирішальною. Т. Піроженко наголошує, що рефлексивні вправи сприяють формуванню усвідомленої самооцінки, оскільки дозволяють учневі співвідносити власні зусилля, емоції та отриманий результат, поступово переходячи від зовнішніх до внутрішніх

критеріїв оцінювання [39, с.60]. Рефлексія є тим механізмом, який «підсилює» здатність дитини бачити динаміку власного розвитку, а не лише кінцевий результат, що є особливо важливим для формування позитивної й стійкої самооцінки.

До найбільш ефективних рефлексивних технік належать: «Щоденник успіху», «Сходинок зростання», «Коло вражень», самооцінні картки, таблиці самоспостережень, символічні шкали («смайли», «кольоровий термометр настрою»). Л. Хоружа зазначає, що такі форми роботи допомагають дітям навчитися ідентифікувати власні емоції, усвідомлювати позитивні й негативні моменти в навчальній діяльності та бачити власні сильні сторони [57, с. 82]. Рефлексивні техніки також сприяють зниженню тривожності, оскільки допомагають дитині структурувати власні переживання та краще розуміти їх.

Особливе педагогічне значення має **усна рефлексія**, яка реалізується через обговорення виконаних завдань, запитання вчителя («Що сьогодні вдалося?», «Що було найскладнішим?»), рефлексивні кола та міні-бесіди. О. Савченко підкреслює, що діалогічна форма рефлексії сприяє розвитку довіри, відкритості та позитивного ставлення дитини до власних досягнень [49, с. 156]. Вона допомагає школярам навчитися вербалізувати власні думки, що є важливою складовою розвитку самопізнання та самооцінювання.

Ефективними є також **візуально-символічні рефлексивні техніки**, які поєднують емоційно-образне мислення з самооцінюванням. Наприклад, техніки «Квітка настрою», «Дерево успіху», «Мій сьогоднішній крок уперед» допомагають молодшим школярам відобразити власні досягнення у доступній графічній формі. За спостереженнями Н. Мачинської, такі методи знижують страх помилки та сприяють формуванню у дітей відчуття самостійності й відповідальності за власні результати [33, с.101].

Таким чином, рефлексивні техніки займають особливе місце у формуванні самооцінки молодших школярів, оскільки вони не лише розвивають самоспостереження та самоаналіз, а й сприяють розвитку

емоційної компетентності, впевненості у собі й позитивного ставлення до навчання. Їх системне використання дозволяє вчителю цілеспрямовано підтримувати внутрішній розвиток дитини і створює психологічно комфортне середовище, у якому самооцінка може формуватися гармонійно та стабільно.

Т. Піроженко підкреслює, що рефлексія є психічним механізмом становлення усвідомленої самооцінки, оскільки дозволяє школярам співвідносити власні зусилля з отриманими результатами [39, с.60]. До таких технік належать: «Квітка мого настрою», «Сходишки успіху», «Щоденник радості», «Рефлексивне коло», самооцінні картки та індивідуальні міні-бесіди. У практиці сучасного вчителя ефективно поєднуються **арт-терапевтичні та рефлексивні підходи**, що дозволяє одночасно працювати з емоційною та когнітивною складовими самооцінки. Таке поєднання допомагає дітям навчитися розуміти власні емоції, приймати себе, бачити свої досягнення та робити кроки до подальшого розвитку. О. Савченко наголошує, що використання творчих і рефлексивних методів сприяє формуванню «внутрішньої позиції школяра», яка включає здатність оцінювати себе як суб'єкта навчальної діяльності [49, с.152].

Отже, арт-терапевтичні й рефлексивні техніки є потужним інструментом формування самооцінки молодших школярів, оскільки вони забезпечують підтримувальне середовище, сприяють емоційній стабільності, знижують тривожність та формують позитивне ставлення до власного «Я» і до навчання загалом. Їх системне використання у практиці вчителя підсилює ефективність формувального оцінювання та педагогіки партнерства в умовах Нової української школи.

Висновки до другого розділу

У другому розділі було проаналізовано особливості формування самооцінки молодших школярів у контексті реалізації положень Нової

української школи, з'ясовано сучасні підходи до оцінювання рівня сформованості самооцінки, визначено ефективні форми та методи педагогічної роботи, а також роль партнерської взаємодії та творчо-рефлексивних технік у розвитку позитивної «Я-концепції» дитини. Проведений аналіз засвідчив, що процес формування самооцінки у сучасній початковій школі набуває нових змістових акцентів, зумовлених переорієнтацією освітнього середовища на дитиноцентризм, педагогіку партнерства та формувальне оцінювання.

Результати вивчення рівня сформованості самооцінки учнів засвідчили, що молодші школярі характеризуються відчутною залежністю від зовнішнього оцінювання, різною стійкістю самооцінних суджень і нерівномірною сформованістю рефлексивних умінь. Діагностичні методики, застосовані у сучасних педагогічних дослідженнях, дозволяють визначити ступінь адекватності самооцінки, її емоційний характер, динаміку змін та індивідуальні особливості кожної дитини. Виявлено, що саме поєднання вербальних, ігрових, рефлексивних, проєктивних методів оцінювання є найбільш результативним, оскільки забезпечує цілісний погляд на особливості самооцінки молодших школярів.

Аналіз форм і методів формування самооцінки показав, що в умовах Нової української школи особливого значення набуває використання формувального оцінювання як ключового інструменту педагогічної підтримки. Зворотний зв'язок, спрямований на підкреслення досягнень, визначення індивідуальних траєкторій розвитку та аналіз зусиль дитини, суттєво впливає на розвиток внутрішніх критеріїв самооцінювання. Серед ефективних методів виокремлено рефлексивні вправи, самооцінні картки, портфоліо, ситуації успіху, групові та парні форми навчання, які забезпечують соціально-психологічну підтримку та формують у дітей відчуття компетентності. Встановлено, що найбільш високі результати досягаються за умови системного та взаємопов'язаного використання цих методів.

Особливу увагу приділено ролі партнерської взаємодії між учителем, батьками та учнями, яка є фундаментом формування самооцінки в молодшому шкільному віці. Педагогіка партнерства, що лежить в основі НУШ, передбачає відкритість, довіру, взаємоповагу та узгодженість оцінних впливів. З'ясовано, що підтримувальне педагогічне спілкування, послідовність вимог і конструктивний діалог між сім'єю та школою сприяють формуванню психологічної безпеки, зменшенню тривожності учнів та розвитку віри у власні можливості. Партнерська модель взаємодії сприяє розширенню участі учня у процесах самооцінювання, підвищує його відповідальність за результати діяльності та забезпечує позитивне емоційне ставлення до навчання.

Важливим аспектом сучасного підходу до формування самооцінки є використання арт-терапевтичних і рефлексивних технік, які забезпечують емоційно безпечні умови для вираження внутрішнього світу дитини та опрацювання переживань, що впливають на самооцінку. Малюнкова терапія, казкотерапія, пісочна терапія, творчі проєкти, музикотерапевтичні практики та візуально-символічні техніки допомагають знижувати рівень тривожності, сприяють саморозумінню та формуванню позитивного ставлення до себе. Рефлексивні вправи забезпечують розвиток самоспостереження, здатності аналізувати власний досвід, визначати сильні сторони та усвідомлювати особистісний прогрес. Системне поєднання творчих і рефлексивних технік створює умови для комплексного впливу на емоційну, когнітивну та поведінкову складові самооцінки.

Узагальнюючи результати аналізу, можна стверджувати, що формування самооцінки молодших школярів в умовах Нової української школи є багатокомпонентним процесом, який охоплює різні рівні освітньої взаємодії: індивідуальний, міжособистісний, сімейний та організаційно-педагогічний. Ефективність цього процесу залежить від інтегрованого використання педагогічних технологій, емоційної підтримки дитини, розвитку партнерської взаємодії та створення безпечного середовища, у

якому школяр може відчути успіх, проявити себе та сформувати реалістичне, позитивне ставлення до власних можливостей.

Таким чином, результати другого розділу дають підстави для визначення конкретних педагогічних умов, методів та інструментів, які сприятимуть цілеспрямованому формуванню самооцінки молодших школярів, що стане основою для подальших практичних рекомендацій і узагальнень у межах дослідження.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено комплексне теоретичне та практико-орієнтоване дослідження процесу формування самооцінки молодших школярів в умовах Нової української школи. На основі аналізу психологічних, педагогічних і методичних джерел, результатів діагностичних спостережень та узагальнення сучасних освітніх підходів було розкрито сутність і механізми становлення самооцінки, визначено чинники та особливості, що забезпечують її формування, а також охарактеризовано ефективні форми і методи роботи, які відповідають вимогам сучасної початкової освіти.

У процесі виконання 1-2 завдань дослідження та аналізу наукової літератури було з'ясовано, що *самооцінка* є інтегральним особистісним утворенням, яке поєднує когнітивні знання про себе, емоційне ставлення до власних якостей і досвід поведінкового самовираження. Самооцінка виступає ключовою передумовою розвитку самосвідомості, саморегуляції та навчальної мотивації, визначає характер взаємодії дитини з однолітками й дорослими, впливає на успішність навчання і психологічне благополуччя. Визначено, що молодший шкільний вік є сенситивним періодом для становлення самооцінки, оскільки саме в цей час формуються важливі новоутворення – внутрішня позиція школяра, довільність, рефлексія, пізнавальні мотиви, соціальне порівняння, які безпосередньо визначають способи самосприйняття дитини.

Узагальнення психолого-педагогічних підходів дозволило виокремити основні фактори, що впливають на розвиток самооцінки молодших школярів. З'ясовано, що суттєву роль відіграють як *внутрішні чинники* (особистісні особливості дитини, рівень емоційної регуляції, сформованість навчальної мотивації, розвиток довільності та рефлексії), так і *зовнішні* (стиль взаємодії в родині, педагогічні впливи, структура міжособистісних стосунків у класі, характер оцінювання, емоційний клімат освітнього середовища). Саме поєднання цих чинників формує умови, у яких самооцінка дитини може

розвиватися адекватно або, навпаки, набути неадекватного, заниженого чи завищеного характеру.

Другий розділ присвячений аналізу особливостей формування самооцінки в умовах Нової української школи дозволив реалізувати 3-4 завдання кваліфікаційної роботи. Проведене дослідження рівня сформованості самооцінки молодших школярів підтвердило неоднорідність і варіативність цього показника: наявність як адекватних, так і завищених або занижених самооцінних суджень. Емпіричне дослідження, проведене на констатувальному етапі експерименту, підтвердило наявність істотних труднощів у розвитку самооцінки молодших школярів. Комплекс діагностичних методик дав змогу визначити рівень сформованості трьох її компонентів – мотиваційно-ціннісного, когнітивного та діяльнісно-практичного. Результати показали, що лише 15,6 % дітей мають високий рівень сформованості самооцінки, тоді як 41,1 % перебувають на низькому рівні. У більшості учнів самооцінка виявилася нестійкою, фрагментарною, недостатньо обґрунтованою та залежною від думки дорослих. Спостерігалось переважання емоційної реактивності над усвідомленим аналізом, низький рівень аргументованості самооцінних суджень, труднощі у визначенні своїх сильних і слабких сторін та недостатність навичок самокорекції.

Проаналізовано форми та методи педагогічної роботи, які сприяють розвитку самооцінки молодших школярів. Доведено ефективність формувального оцінювання як провідного механізму підтримки особистісного розвитку: акцент на зусиллях, позитивних змінах, індивідуальних досягненнях сприяє формуванню реалістичних самооцінних суджень. Значущими виявилися методи рефлексії, самооцінювання, створення ситуацій успіху, індивідуальних освітніх траєкторій, а також групових форм навчання, які забезпечують соціальне підкріплення й формують відчуття компетентності.

Підкреслено важливість партнерської взаємодії між учителем, батьками й учнями, яка в умовах НУШ виступає ключовим чинником

формування психологічно безпечного освітнього середовища. Доведено, що узгодженість оцінних впливів родини й школи, доброзичливе педагогічне спілкування та участь учня у процесі самооцінювання сприяють розвитку впевненості дитини в собі, знижують тривожність та підсилюють емоційну стійкість.

Особлива увага приділена використанню арт-терапевтичних і рефлексивних технік, які забезпечують м'який психологічний вплив і сприяють гармонізації емоційного стану дитини. Малюнкова арт-терапія, казкотерапія, пісочна терапія, музикотерапевтичні та візуально-символічні техніки виявилися ефективними у формуванні позитивного образу «Я», зниженні тривожності та підвищенні здатності дитини усвідомлювати й оцінювати власні переживання. Рефлексивні методи допомагають учням формувати внутрішні критерії оцінювання, аналізувати власний досвід і усвідомлювати особистісний прогрес.

Узагальнюючи зазначене, можна дійти висновку, що формування самооцінки молодших школярів є багатогранним процесом, який вимагає поєднання психолого-педагогічних підходів, створення підтримувального освітнього середовища, системного використання методів формувального оцінювання, партнерської співпраці між учителем і батьками та впровадження творчих і рефлексивних технік. Результати дослідження підтверджують, що успішне формування адекватної та стійкої самооцінки можливе лише за умови комплексного, науково обґрунтованого та особистісно орієнтованого підходу, що повністю відповідає філософії Нової української школи. Отримані висновки можуть бути використані у практиці вчителів початкової школи, у професійній підготовці майбутніх педагогів, а також для подальших наукових досліджень у галузі психолого-педагогічної підтримки дитини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2 т. Т. 1. Київ : Либідь, 2018. 280 с.
2. Бех І. Д. Педагогіка партнерства як умова розвитку особистості дитини. *Початкова школа*. 2018. № 9. С. 3-7. URL: <https://www.pochatkova.com.ua>
3. Бібік Н. М. Початкова освіта: теорія і практика Нової української школи. Київ : Оріон, 2017. 256 с.
4. Божович Л. І. Особистість і її формування в дитячому віці. Київ: Либідь, 2017. 312 с.
5. Бондар Т. І. Формування самооцінки молодших школярів у контексті компетентнісного підходу. *Початкова школа*. 2020. № 4. С. 12-16.
6. Борисова З. О. Самооцінка молодших школярів : психологічні механізми формування. Харків : Основа, 2017. 144 с.
7. Братко М. В. Психолого-педагогічні умови розвитку позитивної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку. *Педагогічний процес: теорія і практика*. 2019. № 3. С. 78-84.
8. Варениченко А. В. Психологія розвитку особистості молодшого школяра. Полтава : ПНПУ, 2018. 214 с.
9. Вінник О. М. Формування позитивної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку в умовах НУШ. Чернівці : Книги-XXI, 2020. 128 с.
10. Волинець Д. О. Самооцінка і навчальна успішність молодших школярів: результати емпіричного дослідження. *Психологія і суспільство*. 2021. № 2. С. 111-118.
11. Волкова О. П. Психологія міжособистісних взаємин молодших школярів. Харків: Основа, 2018. 192 с.
12. Гавриш Н. В. Розвиток пізнавальної активності молодших школярів: монографія. Київ : Світлич, 2000. 168 с.
13. Гончаренко С. У. Педагогічний словник. Київ : Либідь, 1997. 376 с.
14. Гончарук О. Формування позитивної самооцінки школярів у процесі навчальної діяльності. *Рідна школа*. 2018. № 6. С. 45-49.

15. Гриневич Л. М. Партнерська взаємодія школа–батьки–дитина в умовах НУШ. *Освітній простір України*. 2019. № 15. С. 18-23. URL: <https://ojs.cdu.edu.ua/index.php/edu>
16. Давидюк Г. С. Роль формувального оцінювання у становленні самооцінки учнів початкових класів. *Початкова школа*. 2021. № 10. С. 25-29.
17. Державний стандарт початкової освіти : постанова Кабінету Міністрів України від 21.02.2018 № 87. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-%D0%BF>
18. Карамушка Л. М., Філь О. А. Словник-довідник з педагогічної психології. Київ: Центр навчальної літератури, 2004. 264 с.
19. Клокар Н. І. Співпраця вчителя й батьків як чинник розвитку соціально-емоційної компетентності учнів. *Психологія і суспільство*. 2021. № 2. С. 108-116.
20. Клокар Н. Формування суб'єктної позиції молодшого школяра в умовах НУШ: аспект самооцінки. *Педагогіка і психологія*. 2020. № 3. С. 33-42.
21. Коломінський Г. В. Психологія дитячих колективів. Київ: Вища школа, 2010. 240 с.
22. Кононко О. Л. Арт-терапія в роботі з дітьми молодшого шкільного віку: емоційний розвиток і самооцінка. *Психолог*. 2017. № 7-8. С. 14-22. URL: <https://www.psycholog-journal.kiev.ua>
23. Кононко О. Л. Емоційний розвиток та самооцінка дитини: взаємозв'язки та педагогічна підтримка. *Психолог*. 2017. № 7-8. С. 14-22.
24. Кононко О. Л. Психологія дитини дошкільного віку. Київ: Слово, 2012. 280 с.
25. Концепція безпечного освітнього середовища : наказ МОН України від 15.10.2021 № 1047. URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-koncepciyi-bezpechnogo-osvitnogo-seredovishcha>
26. Концепція Нової української школи : схвалено розпорядженням Кабінету Міністрів України від 14.12.2016 № 988-р. URL:

<https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>

27. Кочарян А.С. Словник-довідник з психології. Харків : Психея, 2005. 312 с.
28. Кравець В. П. Вікова динаміка самооцінки дітей молодшого шкільного віку. *Педагогічні науки: збірник наукових праць*. 2019. № 91. С. 102-109.
29. Кравець В. П. Техніки саморефлексії в освітньому процесі молодших школярів. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2021. № 5 (84). С. 47-52.
30. Крутій К. Л. Психологія дитини : розвиток, становлення, самосвідомість. Запоріжжя : ЗНУ, 2016. 220 с.
31. Ложкін Г. В. Психологія особистісного розвитку школяра. Київ: Педагогічна думка, 2020. 256 с.
32. Лях Т. В., Пащенко І. В. Психологічна готовність молодших школярів до саморефлексії в умовах НУШ. *Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи*. 2022. № 1. С. 56-63.
33. Мачинська Н. І. Психологія розвитку особистості молодшого школяра. Львів: ЛНУ ім. Франка, 2018. 256 с.
34. Мачинська Н. І. Роль сім'ї та школи у формуванні позитивної самооцінки молодшого школяра. *Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи*. 2020. № 5. С. 52-59.
35. Мельник О. С. Використання арт-терапевтичних методів у початковій школі: вплив на емоційну сферу і самопізнання. *Педагогічні науки: теорія і практика*. 2020. № 36. С. 131-139. URL: <http://pednauk.cuspu.edu.ua>
36. Мельник О. Формування самооцінки молодших школярів засобами інтерактивних методів навчання. *Початкова освіта*. 2020. № 9. С. 20-23.
37. Моляко В. О. Психологія творчих здібностей. Київ: Слово, 2016. 368 с.
38. Онопрієнко О. В. Формувальне оцінювання в початковій школі: теорія і практика. Київ : Літера ЛТД, 2020. 128 с.

39. Піроженко Т. О. Рефлексивні вміння молодших школярів як чинник становлення самооцінки. *Український психологічний журнал*. 2018. № 2. С. 58-66. URL: <https://journals.uran.ua/psy>
40. Піроженко Т. О. Соціально-емоційний розвиток дитини в освітньому середовищі. Київ: Освіта, 2016. 160 с.
41. Пов'якель Н. І. Психологія особистісного розвитку молодших школярів. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2019. 214 с.
42. Про затвердження Методичних рекомендацій щодо оцінювання навчальних досягнень учнів 1–4 класів у Новій українській школі : наказ МОН України від 13.07.2021 № 813. URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-metodichnih-rekomendacij-shodo-ocinyuvannya>
43. Психологічний словник / за ред. В. О. Войтка. Київ: Вища школа, 1982. 216 с.
44. Романенко О. В. Самооцінка молодших школярів: діагностика та шляхи розвитку. *Психологічний часопис*. 2019. Т. 5, № 1. С. 92-101.
45. Савченко О. Я. Дидактика початкової школи : підручник. Київ : А.С.К., 2012. 366 с.
46. Савченко О. Я. Нова українська школа : методичний супровід учителя. Київ : Освіта, 2018. 144 с.
47. Савченко О. Я. Оцінювання у початковій школі: нові підходи НУШ. *Початкова школа*. 2019. № 1. С. 3-7.
48. Савченко О. Я. Партнерська педагогіка в початковій школі: нові ролі учасників освітнього процесу. *Початкова освіта*. 2019. № 6. С. 4-9.
49. Савченко О. Я. Розвиток особистості молодшого школяра в умовах Нової української школи. Київ : Педагогічна думка, 2021. 240 с.
50. Скрипченко О.В. Вікова та педагогічна психологія. Київ: Каравела, 2019. 424 с.
51. Сохань Л. В. Психологічні закономірності розвитку самооцінки молодшого школяра. Київ : Педагогічна думка, 2020. 192 с.

52. Студзінська Г. Арт-терапевтичні вправи у формуванні позитивного Я-образу школяра. *Початкова школа*. 2020. № 11. С. 21-25. URL: <https://www.pochatkova.com.ua>
53. Тарасун В. В. Психологічний супровід учнів початкової школи. Київ : Центр учбової літератури, 2020. 180 с.
54. Типова освітня програма для 1–2 класів Нової української школи / МОН України. Київ, 2021. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/05052021/1-2.pdf>
55. Типова освітня програма для 3–4 класів Нової української школи / МОН України. Київ, 2021. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/05052021/3-4.pdf>
56. Філософський енциклопедичний словник / за ред. В. І. Шинкарука. Київ : Голов. ред. УРЕ, 1986. 742 с.
57. Хоружа Л. Л. Психологічні засади розвитку особистості молодшого школяра. Київ : Либідь, 2015. 232 с.
58. Хоружа Л. Л. Умови формування позитивної самооцінки у молодших школярів: аналіз результатів практики. Педагогічна освіта: теорія і практика. 2021. № 30. С. 128-135.
59. Шищенко Л. Формування самооцінки у міжособистісній взаємодії молодших школярів. Соціальна педагогіка: теорія і практика. 2018. № 4. С. 41-47.
60. Шкільне середовище Нової української школи : зб. наук. праць / за ред. Л. Гриневич. Київ : МОН України, 2019. 240 с.
61. Щодо організації формувального оцінювання у 1–4 класах : лист МОН України від 28.07.2021 № 1/9-481. URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/shodo-organizaciyi-formuvalnogo-ocinyuvannya>
62. Якиманська І. С. Розвиток самосвідомості в молодшому шкільному віці. Київ : Педагогічна думка, 2015. 160 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Шкала самооцінки»

Прочитайте уважно кожну з наведених пропозицій і закресліть відповідну цифру праворуч – залежно від того, як ви себе відчуваєте в цей момент. Над запитанням довго не замислюйтеся, оскільки тут немає правильних або неправильних відповідей. 1. «Ні, це не так». 2. «Не зовсім». 3. «Правильно».

1	Я спокійний	1	2	3
2	Мені нічого не загрожує	1	2	3
3	Я перебуваю в напрузі	1	2	3
4	Я відчуваю смуток	1	2	3
5	Я відчуваю себе вільно	1	2	3
6	Я засмучений	1	2	3
7	Мене хвилюють можливі невдачі	1	2	3
8	Я відчуваю себе відпочилим	1	2	3
9	Я стривожений	1	2	3
10	Я відчуваю спокій	1	2	3
11	Я впевнений у собі	1	2	3
12	Я нервую	1	2	3
13	Я не знаходжу собі місця	1	2	3
14	Я не відчуваю скутості, напруги	1	2	3
15	Я задоволений	1	2	3
16	Я стурбований	1	2	3
17	Я занадто обурений і мені ніяково	1	2	3
18	Мені радісно	1	2	3
19	Я втомився	1	2	3
20	Я хочу плакати	1	2	3
21	Я спокійний	1	2	3
22	Я щасливий	1	2	3
23	Я приймаю все близько до серця	1	2	3
24	Мені не вистачає впевненості в собі	1	2	3
25	Думки про уроки мене турбують	1	2	3

Методика «Яка ваша дитина?»**(Тест-опитувальник батьківського ставлення Варги-Століна)**

Прізвище ім'я _____

На кожне твердження дайте відповідь «так» або «ні».

1. Я завжди співчуваю своїй дитині.
2. Я вважаю своїм обов'язком знати все, що думає моя дитина.
3. Я поважаю свою дитину.
4. Мені здається, що поведінка моєї дитини значно відхиляється від норми.
5. Потрібно якомога довше тримати дитину осторонь від реальних життєвих проблем, якщо вони її травмують.
6. Я відчуваю до дитини прихильність.
7. Добрі батьки оберігають дитину від життєвих труднощів.
8. Моя дитина часто неприємна мені.
9. Я завжди намагаюся допомогти своїй дитині.
10. Трапляються випадки, коли глумливе ставлення до дитини приносить їй велику користь.
11. Я відчуваю прикрощі щодо своєї дитини.
12. Моя дитина нічого не досягне у житті.
13. Мені здається, що діти знущаються над моєю дитиною.
14. Моя дитина часто здійснює такі вчинки, які окрім презирства нічого не варті.
15. Для свого віку моя дитина не зовсім зріла.
16. Моя дитина поводиться спеціально, щоб дошкулити мені.
17. Моя дитина вбирає у себе все погане, як губка.
18. Мою дитину важко навчити гарних манер, навіть за найбільшого старання.
19. Дитину потрібно тримати у суворих рамках, тоді з неї виросте порядна людина.
20. Я люблю, коли друзі моєї дитини приходять до нас додому.
21. Я схвалюю свою дитину.
22. До моєї дитини липне все погане.
23. Моя дитина не досягне успіхів у житті.
24. Коли в компанії знайомих говорять про дітей мені трохи соромно, що моя дитина не така розумна і здібна, як хотілося б.
25. Я жалію свою дитину.
26. Коли я порівнюю свою дитину з її ровесниками, вони здаються мені дорослішими і у поведінці і у судженнях.
27. Я із задоволенням проводжу з дитиною свій вільний час.
28. Мені шкода, що моя дитина росте і дорослішає.
- 192
29. Я часто ловлю себе на ворожому ставленні до дитини.
30. Я мрію про те, щоб моя дитина досягла всього того, що мені не

вдалося у житті.

31. Батьки повинні пристосовуватись до дитини.
32. Я намагаюся виконати всі прохання моєї дитини.
33. Приймаючи сімейні рішення, слід враховувати і думку дитини.
34. Головна причина капризів моєї дитини – егоїзм, впертість і лінощі.
35. У конфлікті з дитиною я часто можу визнати, що вона по-своєму права.
36. Діти рано дізнаються, що батьки можуть помилятися.
37. Я завжди зважаю на свою дитину.
38. Я відчуваю приязнь до дитини.
39. Я дуже цікавлюсь життям своєї дитини.
40. Неможливо нормально відпочити, якщо проводиш час з дитиною.
41. Найголовніше, щоб у дитини було спокійне і безхмарне дитинство.
42. Іноді мені здається, що моя дитина нездатна ні до чого доброго.
43. Я поділяю захоплення своєї дитини.
44. Моя дитина може вивести з рівноваги будь-кого.
45. Я поділяю гіркоту, смуток своєї дитини.
46. Моя дитина часто дратує мене.
47. Виховання дитини – суцільне «тріпання» нервів.
48. Суворі дисципліна у дитинстві розвиває сильний характер.
49. Я не довіряю своїй дитині.
50. За суворе виховання діти дякують потім.
51. Інколи мені здається, що я ненавиджу свою дитину.
52. У моєї дитини більше недоліків, ніж позитивних якостей.
53. Я поділяю інтереси своєї дитини.
54. Моя дитина не спроможна що-небудь зробити самостійно, а якщо і зробить, то обов'язково не так.
55. Моя дитина виросте непристосованою до життя.
56. Моя дитина подобається мені такою, якою вона є.
57. Я ретельно стежу за станом здоров'я своєї дитини.
58. Не рідко я захоплююсь своєю дитиною.
59. Дитина не повинна мати секретів від батьків.
60. Я не високої думки про здібності своєї дитини і не приховую цього від неї.
61. Дуже бажаю, щоб дитина товаришувала з тими дітьми, які подобаються її батькам.

Ключі для опитувальника:

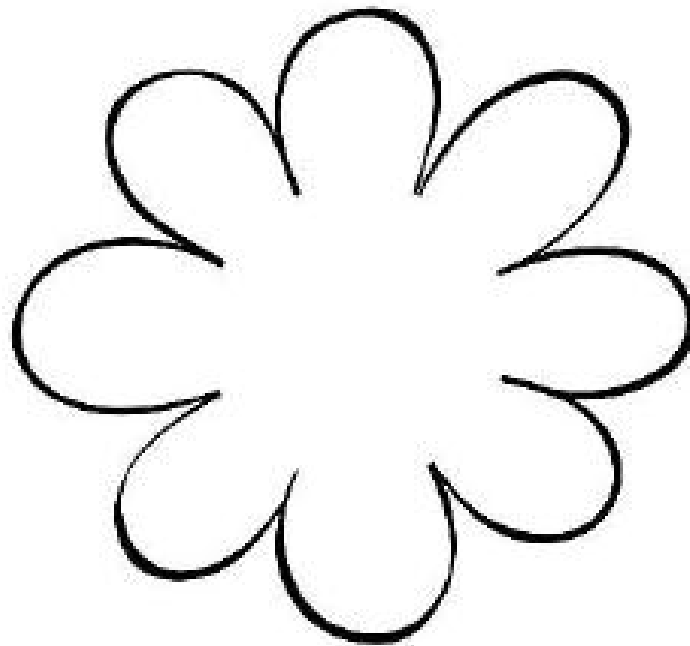
1. «Прийняття-відхилення» – 3, 4, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 26, 27, 29, 34, 37, 38, 40, 42, 43, 44, 45, 47, 49, 51, 52, 53, 55, 56, 60.
2. «Кооперація» – 6, 9, 21, 25, 31, 33, 39, 35, 36.
3. «Симбіоз» – 1, 5, 7, 28, 32, 41, 58.
4. «Авторитарна гіперсоціалізація» – 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59.
5. «Маленький (-а) невдаха» – 9, 11, 13, 17, 22, 23, 54, 61.

Методика «Ваша дитина»

1. З ким ти живеш?
2. Чи є в тебе брат, сестра? Вони старші від тебе чи молодші?
3. Чи є в тебе дідусь, бабуся? Як їх звати? Де вони живуть?
4. Чи є в тебе своя кімната?
5. Які іграшки є в тебе вдома? Де вони лежать? Хто їх збирає після гри?
6. З ким ти ходиш гуляти? З ким найчастіше граєшся? У які ігри?
7. Хто тобі купує книжки, іграшки, гостинці?
8. Як ти поводишся вдома – добре чи погано? Поясни: коли ти погано поводишся, добре це чи погано?
9. Що тобі вдома не дозволяє робити батько? Якщо ти щось погано робиш, що каже батько? За що і як він тебе карає? А мати (інші члени сім'ї)?
10. Кого ти вдома найбільше слухаєшся, з ким частіше вередуєш?
11. Кому з домашніх ти найбільше скаржишся, якщо тебе скривдять?
12. Чи є в тебе вдома свої обов'язки? У чому вони полягають?
13. Чи ви вдома працюєте всі разом? Що саме ви робите?
14. Чи часто у вашій сім'ї бувають свята? Які? Як вони відбуваються?
15. Чи є в тебе вдома якісь тварини? Які саме?
16. Чи допомагаєш ти матері, батьку по господарству? Кому з них частіше?
17. Які домашні справи мати робить разом з батьком? Хто з них частіше допомагає іншому?
18. Чи часто ти сумуєш за своїм домом, сім'єю, коли тебе довго немає вдома? Про кого ти частіше згадуєш?
19. Хто з твоїх домашніх знає всіх твоїх друзів, розмовляє з ними, іноді грається разом з вами?
20. Коли в тебе неприємності, тобі сумно, до кого ти звернешся? Як він (вона) тобі допомагає?
21. Ким працюють твої батьки?
22. Яку роботу вони виконують? Чим саме займаються?
23. Чи розмовляють з тобою батьки про свою роботу? Чи знаєш ти, що вони роблять?
24. Чи ти був на місці роботи батьків? Чи подобається тобі ця професія?
25. Ким працюють дідусь чи бабуся, інші члени родини?
26. Які професії ти ще знаєш?
27. Які професії тобі подобаються найбільше (назви 3-4 з них).
28. Чим любиш займатися ти у вільний час?
29. Що тобі більше подобається: доглядати тварин чи ремонтувати велосипед?
30. Чи любиш ти співати? Малювати? Грати в ігри? Читати художню літературу?

31. Ким ти хочеш стати, коли виростеш?
 32. А ким хочуть бачити тебе твої батьки?
 33. Чим подобається займатися у вільний час?
 34. У яких гуртках береш участь?
 35. Яким видом спорту займаєшся?
 36. Чи маєш умови для розумного проведення вільного часу?
 37. Чим би хотів(-ла) займатися у вільний час?
 38. Яке місце у задоволенні твоїх інтересів посідає книга, Інтернет, телебачення, музика, образотворче мистецтво?
 39. Які доручення свого колективу ти виконуєш?
 40. Що саме сподобалось тобі в цій праці, а що не сподобалось?
 41. Що заважає тобі добре виконувати громадські доручення? Як ти долаєш ці труднощі?
 42. Що зробив ти для свого колективу та окремих товаришів з власної ініціативи?
 43. Як оцінили товариші і вчителі виконану тобою роботу?
 44. Які професії тобі подобаються?
- Чи є серед них така, яка тобі подобається найбільше? Опиши, яка саме.

Методика «Мій ромашковий портрет»



Учитель пропонує дітям виконати таке завдання: написати своє ім'я і намалювати свій портрет-смайлик у центрі ромашки. Потім повздовж пелюсток написати усе хороше, що можна сказати про себе. Якщо потрібно, до квітки додаються ще пелюстки, на яких можна написати слова і приєднати пелюстки до квітки.

Додаток Д

Методика «Я і моя тінь»

Перед дитиною є ряд слів, що означають якості особистості позитивного, негативного та нейтрального змісту. З цих слів учень початкових класів має вибрати у стовпчик «А» – всі позитивні якості, «В» – негативні якості, «С» – нейтрального змісту. Перелік якостей. Охайність, легковажність, гордість, грубість, життєрадісність, турботливість, сором'язливість, заздрісність, злопам'ятність, відвертість, капризність, повільність, мрійливість, наполегливість, ніжність, невимушеність, нервовість, нерішучість, нестриманість, обережність, рухливість, розв'язність, розсудливість, рішучість, стриманість, терплячість, боягузтво, захопленість, впертість, поступливість.



№	А	В	С

Додаток Е

**Методика «Який я?»
(за методикою Р.С. Немова)**

Визначення самооцінки молодшого школяра. Обстеження проводиться індивідуально. Педагог, користуючись протоколом, запитує у школяра, як він сам себе сприймає і оцінює за десятьма різними позитивними і негативними якостями особистості. Оцінки, які школяр ставить сам собі, проставляються педагогом у відповідних колонках протоколу, а потім переводяться у бали.

№ п/ п	Оцінювані якості особистості	Оцінки за вербальною шкалою				
		Так	Ні	Інколи	Не знаю	Примітка
1	Добрий					
2	Розумний					
3	Акуратний					
4	Слухняний					
5	Уважний					
6	Ввічливий					
7	Вмілий					
8	здібний					
9	Працелюбний					
10	Чесний					

№ п/ п	Оцінювані якості особистості	Оцінки за вербальною шкалою				
		Так	Ні	Інколи	Не знаю	Примітка
1	Нещасний					
2	Похмурий					
3	Хворий					
4	Схвилюваний					
5	Сумний					
6	Виснажений					
7	Песимістичний					
8	Млявий					
9	Байдужий					
10	Бездіяльний					

Відповіді типу «Так» оцінюються в 1 бал, відповіді типу «Ні» оцінюються в 0 балів. Відповіді типу «Інколи», як і відповіді типу «Не знаю», оцінюються в 0,5 бала. Самооцінка дитини визначається за загальною сумою балів, набраною нею за всіма якостями особистості. Висновки про рівень розвитку самооцінки дошкільників: 10 балів – дуже високий 8-9 балів – високий 4-7 балів – середній 2-3 бали – низький 0-1 бал – дуже низький

Методика «Незакінчені речення»

1. Я радію, коли...
2. Якби я міг (могла)...
3. У школі я завжди...
4. Мені цікаво...
5. Хотів би я...
6. Мені неприємно, коли...
7. Якби у школі...
8. На мою думку, мені заважає...
9. Майбутнє здається мені...
10. Я відчуваю, що...
11. Я ображаюся, якщо...
12. Коли мене не розуміють...
13. Я хотів би позбавитись ...
14. Мої успіхи у школі...
15. Дорослі завжди...
16. Більш за все я боюся...
17. Коли я стану дорослим (дорослою)...
18. Моя мета...
19. Моя мама думає, що я...
20. Краще було б...

Додаток 3

Методика «Режисер»

Учням пропонується ідентифікувати себе і своїх однокласників з героями, що діють в умовній ситуації – спектаклі-казці. «Уявіть собі, що ви режисери і повинні поставити спектакль-казку. На кожну роль у цьому спектаклі варто підібрати артистів із числа однокласників, розподілити всі перераховані ролі. Себе теж можна записати до числа учасників спектаклю». (Випробувані заповнюють «програмку» спектаклю-казки, називаючи виконавців і коментуючи вибір кандидатур.)

Перелік ролей з короткою характеристикою:	Коментарі випробуваного:
1. Розвідника (спритний, сміливий, не боїться труднощів)	
2. Лікаря «Айболить» (людина, яка готова в будь-яку хвилину прийти на допомогу)	
3. Хулігана (грубіян, забіяка, кривдить інших)	
4. Принцеси (гарна дівчинка)	
5. Незнайки (не хоче вчитися, думає, що все вже знає)	
6. Рядового солдата (вміє нести службу, виконувати накази)	
7. Ледаря	
8. Доброї Феї (добра, розумна, уміла)	
9. Вченого	
10. Доброго Духа (добрий, справедливий)	
11. Плаксія (часто плаче, уразливий)	

Перелік ролей з короткою характеристикою:	Коментарі випробуваного
12. Злої Феї (зла, скупа)	
13. Командира (може керувати, командувати)	
14. Учителя (любить дітей, зрозуміло пояснює)	
15. Хвалька (хвалькувата людина, брехун)	
16. Принца (гарний, веселий, простий)	
17. Чарівника (вигадник, усім допомагає)	
18. Ябеди (ябедничає, скаржиться на дітей)	

Пам'ятка для батьків

«Як підтримувати самооцінку дитини»

1. Приймайте дитину безумовно.

Показуйте, що любите її не за оцінки, успіхи чи поведінку, а просто за те, що вона є. Відчуття прийняття – фундамент позитивної самооцінки.

2. Хваліть правильно – за зусилля, а не лише за результат.

Фрази на кшталт: *«Ти старався – це дуже важливо»*, *«Мені подобається, як ти працюєш»* формують внутрішню мотивацію і віру у власні сили.

3. Уникайте порівняння з іншими дітьми.

Порівнюйте дитину тільки з нею самою: *«Сьогодні ти впорався краще, ніж учора»*. Порівняння з ровесниками знижує впевненість і породжує тривожність.

4. Підтримуйте ініціативу й самостійність.

Дайте можливість обирати, висловлювати свою думку, приймати прості рішення. Це формує відповідальність і самоповагу.

5. Створюйте ситуації успіху.

Давайте посильні завдання, які дитина може виконати. Маленькі перемоги формують відчуття компетентності й віру у власні можливості.

6. Допмагайте справлятися з помилками.

Пояснюйте, що помилка – це не провал, а крок до розвитку. Підтримуйте словами: *«Поміляються всі. Головне – зрозуміти, як зробити краще»*.

7. Вчіть дитину говорити про свої сильні сторони.

Запитуйте: *«Що в тебе сьогодні вийшло?»*, *«Чим ти пишаєшся?»*. Це сприяє формуванню позитивного образу Я.

8. Показуйте власний приклад здорової самооцінки.

Діти навчаються, спостерігаючи за батьками: демонструйте самоповагу, спокійне ставлення до невдач, вміння хвалити себе.

9. Проявляйте емоційну підтримку.

Говоріть дитині про любов, повагу, віру у її сили. Обійми, погладження та підтримувальні слова знижують напруження і підсилюють впевненість.

10. Регулярно цікавтеся внутрішнім світом дитини.

Слухайте її переживання, думки, страхи, радість. Дитина з адекватною самооцінкою – це дитина, яку “чують”.

Інтерактивна гра
«МИСТЕЦТВО ХВАЛИТИ СЕБЕ»

Мета:

- формувати в учнів уміння бачити свої сильні сторони та досягнення;
- розвивати позитивне ставлення до себе й упевненість у власних можливостях;
- навчити дітей правильним способам самопохвали, що підтримують самооцінку.

Учасники:

учні 1–4 класів (оптимально 10–25 дітей)

Тривалість:

15–20 хвилин

ХІД ГРИ

1. Вступне коло «Чому важливо хвалити себе?» (2–3 хв.)

Учитель запитує:

— *Як ви думаєте, для чого потрібно інколи хвалити себе?*

Діти висловлюють ідеї.

Учитель підсумовує:

— *Коли ми хвалимо себе за зусилля і маленькі успіхи, ми стаємо впевненішими, сміливішими, вчимося помічати те, що в нас виходить добре.*

2. Вправа «Мій промінчик добра» (3 хв.)

Учитель роздає дітям картки у формі сонечка або променів.

Завдання:

Написати на своїй картці одне речення, яке починається словами:

«Я молодець, тому що...»

Приклади для підказки:

- *Я молодець, тому що намагаюся не здаватися.*
- *Я молодець, бо допомагаю друзям.*
- *Я молодець, бо сьогодні старався на уроці.*

Після заповнення всі «промінчики» прикріплюються на спільний плакат «Сонце моїх успіхів».

3. Гра «Скринька самоцінності» (5 хв.)

Перед учнями стоїть гарна коробка – «Скринька самоцінності».

Учні по черзі дістають картку з одним завданням, наприклад:

- *Похвали себе за те, чого навчився останнім часом.*
- *Назви одну добру рису, яка тобі допомагає дружити.*
- *Згадай, коли ти подолав(-ла) труднощі.*
- *Похвали себе за старання, навіть якщо результат був не ідеальний.*
- *Скажи про себе те, що тобі подобається.*

Учень відповідає – клас слухає та підтримує аплодисментами.

4. Вправа-партнерство «Комплімент у долоньку» (5 хв.)

Кожна дитина обводить на аркуші свою долоньку.

На кожному пальчику вона пише **5 якостей**, за які може похвалити себе.

Після цього діти обмінюються долоньками з сусідом і дописують там **один комплімент**, який вони помітили в однокласника (доброта, старанність, сміливість, уважність тощо).

Це формує подвійний позитив – дитина бачить себе очима інших.

5. Мотиваційне завершення «Мій успіх дня» (2 хв.)

Учитель пропонує дітям продовжити речення:

«Сьогодні я зрозумів(ла), що я можу...»

Кожна дитина називає один свій маленький успіх.

Педагог завершує словами:

— Хвалити себе – це не соромно. Це спосіб підтримувати себе і бачити, що ти ростеш. Кожен із вас – молодець, бо сьогодні зробив крок уперед.

Матеріали:

- картки у формі сонечка/промінців;
- плакат «Сонце моїх успіхів»;
- «скринька самоцінності»;
- аркуші для «долоньок», фломастери, олівці.

Результат гри:

- формування позитивного образу «Я»;
- розвиток уміння помічати свої досягнення;
- зростання впевненості та позитивної самооцінки;
- створення емоційно безпечної атмосфери в класі.