

Родительское собрание



«Самооценка

обучающихся и приемы

ее коррекции»

Что такое самооценка?



На что она
влияет?

САМООЦЕНКА - “оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей”.

(Из «Психологического словаря»)



Самооценка может быть:

- **заниженной** (из-за кажущейся недооценки себя и своих возможностей);
- **завышенной** (из-за надуманной переоценки себя);
- **адекватной (нормальной)**, соответствующей реальному представлению о себе.



Как проявляется уровень самооценки в поведении?

Адекватная самооценка



Адекватная самооценка



Завышенная самооценка

Стремятся быть лучше других.

"Я - самый лучший (сильный, красивый...). Вы все должны меня слушать".

Часто бывают агрессивны с теми детьми, которые тоже хотят быть лидерами.



САМООЦЕНКА РЕБЕНКА

Завышенная самооценка

Став взрослыми, такие люди не будут располагать к общению, а их излишняя самоуверенность может повлечь безответственные и даже опасные для них самих действия и поступки.

Заниженная самооценка

Пассивность

Мнительность

Обидчивость

Повышенная ранимость

- ✓ Снижается эффективность учебы
- ✓ Снижается способность любить и понимать других.
- ✓ Подсознательно придумываются прикрития, которые помогают спрятаться от мира.

К признакам очень низкой самооценки относят:

- нежелание контактировать со сверстниками;
- отказ от посещения массовых мероприятий и прогулок;
- возникновение повышенной тревожности, паники;
- уверенность в том, что ничего не получится, а если вышло, то это случайность;
- отказ от публичных выступлений в школе или на семейных мероприятиях;
- зависимость от мнения окружающих;
- подражание своим одноклассникам или экранным образам;
- замкнутость, нежелание делиться своими мыслями, предположениями, проблемами и происходящими событиями (в школе или на улице).

Определив низкий уровень самооценки своего ребенка, родителям необходимо сразу начинать искать способы, как ее поднять.

Куда уж
мне с такой
внешностью?



В случае с заниженной самооценкой, которая формируется у подростка под влиянием семьи, одноклассников, неразделенной любви, излишней самокритичности, недовольства собой, дела обстоят сложнее.

К сожалению, именно такие дети чаще задумываются об уходе из дома и даже суициде.

Подросток нуждается в повышенном внимании, любви, уважении. Даже если он и заслуживает критики, стоит от нее воздержаться. А вот на всех хороших качествах и поступках необходимо делать акцент, чтобы подросток понимал, что он заслуживает похвалы и уважения.

В.Г. Белинский: «На родителях, на одних родителях лежит священнейшая обязанность сделать своих детей людьми, обязанность же учебных заведений — сделать их учеными, гражданами, членами государства на всех его ступенях. Но кто не сделался, прежде всего, человеком, тот — плохой гражданин. Так давайте же вместе делать наших детей людьми. Хорошие дети — хорошая наша старость, плохие дети — плохая старость. Так давайте думать о будущем, а будущее — это наши дети».

Способы, помогающие избежать опасного поведения:

- ✓ удовлетворять те интересы ребенка, которые приемлемы**
- ✓ помогать ему объяснять, называть свои негативные чувства.**

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- 1.Беседуйте с ребенком, рассказывайте ему о своих планах, успехе и неудачах.
- 2.Поддерживайте его в новых начинаниях, интересах.
- 3.Не иронизируйте о несбыточных планах, стимулируйте желание доказать себе и другим возможность достичь большего.
- 4.Будьте примером для ребенка.

Заключение.

Поскольку самооценка школьника складывается под влиянием оценки окружающих и, став устойчивой, меняется с большим трудом, то изменить ее можно, изменив отношение окружающих (сверстников, учителей, родных). Поэтому формирование адекватной самооценки в значительной степени зависит от справедливости оценки всех этих людей. Особенно важно помочь школьнику поднять неадекватно заниженную самооценку, помочь поверить в себя, в свои возможности, в свою ценность. В этом, уважаемые родители, главная роль — ВАША. Вам ребенок доверяет свои секреты, делится своими успехами и неудачами. Вы должны поддержать его, формируя у него адекватную положительную самооценку.

Принимайте своего ребенка таким, какой он есть, со всеми его недостатками, странностями, отмечайте его достижения, подчеркивайте его положительные качества, проявляйте глубокую заинтересованность к его делам, его успехам – и вы почувствуете его уверенность в себе, в своих силах.



Самооценка своей реальной
ценности