

### ЦЕЛИ УРОКА

- 1.ПОНЯТИЕ САМООЦЕНКИ И ЕЁ СОДЕРЖАНИЕ.
- 2.РЕГУЛИРОВАНИЕ ПОВЕДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ С ПОМОЩЬЮ САМООЦЕНКИ.
- 3.КТО И ЧТО ВЛИЯЕТ НА САМООЦЕНКУ ПОДРОСТКА.
- 4.РОЛЬ САМОВОСПИТАНИЯ И ЕГО МЕТОДЫ



#### ПОГОВОРИМ О СЕБЕ

#### ЛИЧНОСТЬ

ТЕМПЕРАМЕНТ-? ХАРАКТЕР-? СПОСОБНОСТИ-? ИНТЕЛЛЕКТ-? ЧУВСТВА-? ЭМОЦИИ-?





ЧЕЛОВЕК НАДЕВАЕТ МАСКУ И РАСКРАСКА МАСКИ УКАЗЫВАЕТ НА РАЗЛИЧНЫЕ НРАВСТВЕННЫЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА - ОДНИ ВРОЖДЕННЫЕ, ДРУГИЕ ПРИОБРЕТЕННЫЕ.. КАКИЕ-?

### ЗАДАНИЯ

- 1.COCTABЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ ЛИЧНОСТИ -ВЫБЕРИ ЧЕЛОВЕКА И РАССКАЖИ ВСЕ О НЕМ, НЕ НАЗЫВАЯ ЕГО
- -2.НАПИШИ ПРО СЕБЯ- КАКОЙ ТЫ- (ШЕСТЬ ИЛИ ВОСЕМЬ ПРИЛАГАТЕЛЬНЫХ) НАПРИМЕР- Я ХОРОШИЙ И ТД..
- -ОТДАЙ ДРУГУ ИЛИ ПОДРУГЕ- ПРОВЕРИТЬ. ЧТО ОН ИЛИ ОНА ВЫЧЕРКНИТ ИЛИ ДОПОЛНИТ.
- -ВОПРОС?- ВАШИ ДЕЙСТВИЯ ПОСЛЕ ЭТОГО?
- -3.НЕКОТОРЫЕ ИЗ ВАС СИДЯТ ЗА ОДНОЙ ПАРТОЙ С ПЕРВОГО КЛАССА.
- -ВОПРОС?- ЭТО СЛУЧАЙНОСТЬ ИЛИ НЕТ
- -ВРЕМЯ НА ПОДГОТОВКУ- 5 МИНУТ

# ЗАДУМАЕМСЯ

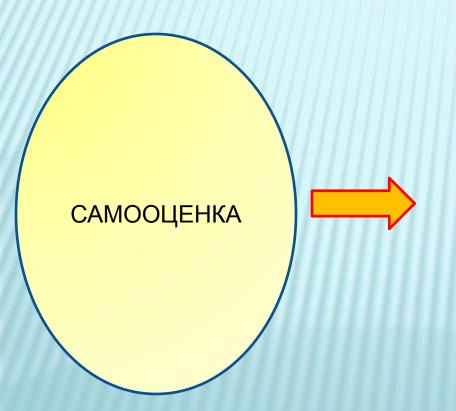
МЫ УЗНАЛИ О СЕБЕ ОЧЕНЬ МНОГО. ВАШИ ДЕЙСТВИЯ И ЖЕЛАНИЯ?



## ПОНЯТИЕ САМООЦЕНКИ

В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ ОГРОМНУЮ РОЛЬ ИГРАЕТ САМООЦЕНКА-ИНТЕРЕС К СЕБЕ, СВОИМ КАЧЕСТВАМ, ПОТРЕБНОСТЬ СРАВНИВАТЬ

СЕБЯ С ДРУГИМИ.



ВОЗНИКАЮТ ПРОТИВОРЕЧИЯ МЕЖДУ УРОВНЕМ ПРИТЯЗАНИЯ ПОДРОСТКА И ЕГО ПОЛОЖЕНИЕМ В КЛАССЕ.

ЗАВЫШЕННАЯ САМООЦЕНКА
ПРИВОДИТ К КОНФЛИКТАМПРИВОДИТ К ПОЯВЛЕНИЮ
ОБИДЧИВОСТИ,
ПОДОЗРИТЕЛЬНОСТИ, И
АГРЕССИВНОСТИ.
ЗАНИЖЕННАЯ САМООЦЕНКАПРИВОДИТ К НЕУВЕРЕННОСТИ

### ПОНЯТИЕ САМООЦЕНКИ

ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКА НЕДОСТАТОЧНО САМООЦЕНКИ-

ВОПРОС: ЧТО ВАЖНЕЙ ДЛЯ ВАС?

1.СВОЯ СОБСТВЕННАЯ САМООЦЕНКА.

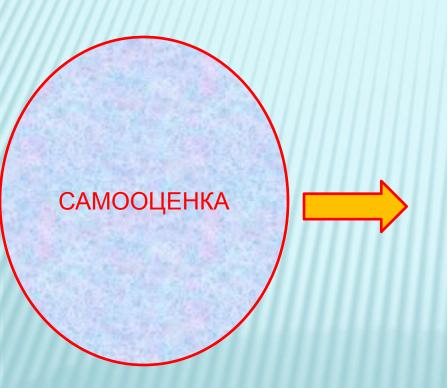
# 2. ОЦЕНКА ДРУГА.



### КТО И ЧТО ВЛИЯЕТ НА САМООЦЕНКУ ПОДРОСТКА.

ИТАК САМООЦЕНКА- ЭТО ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА О СВОЕЙ ЦЕННОСТИ, ОЦЕНКА СОБСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ, ДОСТОИНСТВ И

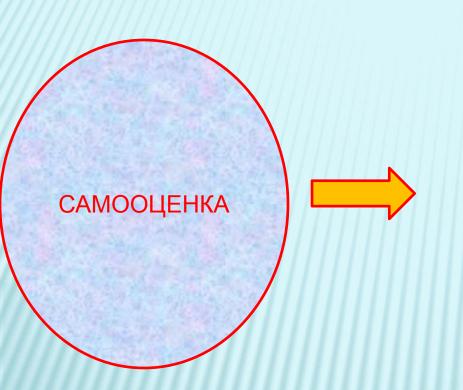
НЕДОСТАТКОВ.



САМООЦЕНКА ПОДРОСТКА ЗАВИСИТ ОТ ПОНИМАНИЯ РОДИТЕЛЯМИ ЕГО ДОСТОИНСТВ. САМООЦЕНКА РАСТЕТ ЗА СЧЕТ СОБСТВЕННЫХ ДОСТИЖЕНИЙ И УСПЕХОВ

ПОДРОСТКИ С НИЗКОЙ САМООЦЕНКОЙ ЧРЕЗВЫЧАЙНО ЗАСТЕНЧИВЫ. САМООЦЕНКА И УСПЕВАЕМОСТЬ ТЕСНО СВЯЗАНЫ С СОБОЙ, ПОЭТОМУ НЕУВЕРЕННЫЕ ПОДРОСТКИ ЧАСТО ОТСТАЮТ В УЧЕБЕ И НЕ РАЗВИВАЮТ СЕБЯ.

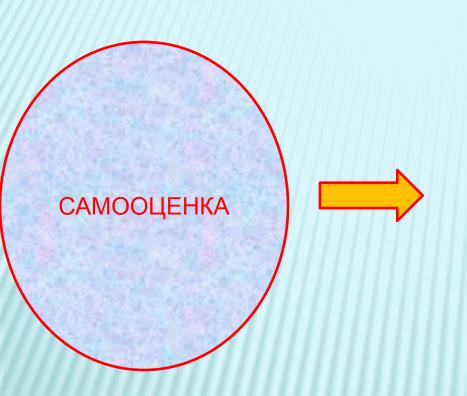
### КТО И ЧТО ВЛИЯЕТ НА САМООЦЕНКУ ПОДРОСТКА



ИНТЕРЕСНО, ЧТО У ДЕВОЧЕК САМООЦЕНКА ВЫШЕ ЧЕМ У МАЛЬЧИКОВ.
У МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ САМООЦЕНКА ВЫШЕ, ЧЕМ У СТАРШИХ

В ПЕРИОД ПОЗДНЕГО ПОДРОСТКОВОГО ПЕРИОДА САМОЕ БОЛЬШОЕ ВЛИЯНИЕ НА САМООЦЕНКУ ДЕВУШЕК ОКАЗЫВАЮТ ДРУЗЬЯ, А НА САМООЦЕНКУ ЮНОШЕЙ- ОТЦЫ

### КТО И ЧТО ВЛИЯЕТ НА САМООЦЕНКУ ПОДРОСТКА



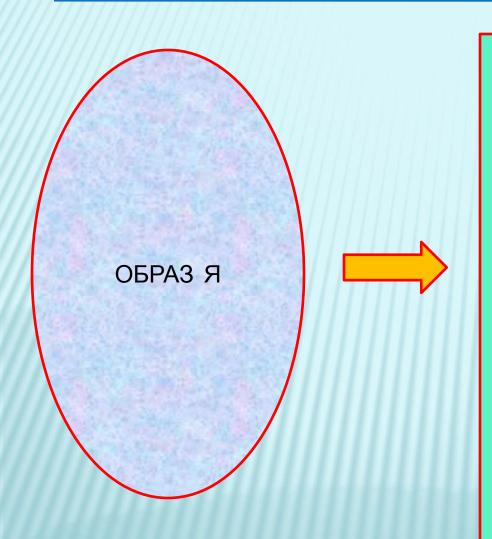
НИЗКАЯ САМООЦЕНКА ПОДРОСТКА
НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ЗАВИСИТ ОТ
МАТЕРИАЛЬНОГО ПОЛОЖЕНИЯ
РОДИТЕЛЕЙ.
У ЕДИНСТВЕННОГО РЕБЕНКА В
СЕМЬЕ ВЕРОЯТНОСТЬ ВЫСОКОЙ
САМООЦЕНКИ ВЫШЕ

ВЫШЕ САМООЦЕНКА У ПЕРВОГО СЫНА В СЕМЬЕ, ГДЕ ДО ЭТОГО БЫЛИ ТОЛЬКО ДЕВОЧКИ.

ЧЕМ БОЛЬШЕ ПРОБЛЕМ – ТЕМ НИЖЕ САМОЦЕНКА

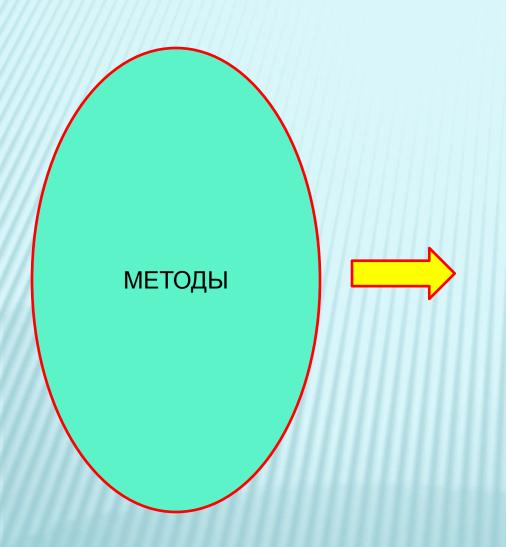
НА САМООЦЕНКУ ДЕВОЧЕК ВЛИЯЮТ ЧЕТЫРЕ ПРОБЛЕМЫ: ЗДОРОВЬЕ, ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, ДОМ И СЕМЬЯ.

#### САМОЕ ВАЖНОЕ



ИТАК ОБРАЗ Я В ЮНОСТИ ЕЩЕ НЕ УСТОЯЛСЯ. ПО МЕРЕ ВЗРСЛЕНИЯ ВСЕ ЧЕРТЫ-ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ И ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ СТАНОВЯТСЯ БОЛЕЕ УСТОЙЧИВЫМИ. И ЗДЕСЬ САМОЕ ГЛАВНОЕ КАК ИЗМЕНИТЬ СВОЕ Я.В ЮНОСТИ ЭТ О ЛЕГЧЕ СДЕЛАТЬ ЧЕМ ВО ВЗРОСЛОЙ ЖИЗНИ

#### САМОВОСПИТАНИЕ



ЧТЕНИЕ КНИГ

САМОПРИКАЗ- КОРОТКОЕ ОТРЫВИСТОЕ РАСПОРЯЖЕНИЕ САМОМУ СЕБЕ

САМОВНУШЕНИЕ- Я УВЕРЕН В СЕБЕ

САМООБОДРЕНИЕ, ЮМОР

САМОСТИМУЛЯЦИЯ

#### ЧТО МЫ УЗНАЛИ О СЕБЕ



КРОМЕ СОБСТВЕННЫХ ОЩУЩЕНИЙ ПОДРОСТКА В ФОРМИРОВАНИИ САМООЦЕНКИ БОЛЬШОЕ ЗНАЧЕНИЕ ИМЕЕТ ОТНОШЕНИЕ К НЕМУ СВЕРСТНИКОВ, УЧИТЕЛЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ. ВЫСОКАЯ САМООЦЕНКА УСКОРЯЕТ РАЗВИТИЕ ПОДРОСТКА.

# ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ.

- 1. ПРАКТИКУМ. ПРОЧИТАЙТЕ ТЕКСТ НА С 54 И ОТВЕТЬТЕ НА ВОПРОС.
- 2. ПРОВЕРЬТЕ СВОИ ЗНАНИЯ. С54- УСТНО.

#### ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ.

- 1. А.И. КРАВЧЕНКО, Е.А. ПЕВЦОВА. ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ: УЧЕБНИК ДЛЯ 7 КЛАССА ОБЩЕООБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ.- 10-Е ИЗД.- М.: ООО «ТИД» РУССКОЕ СЛОВО- РС», 2008.
- 2.ТИТУЛЬНЫЙ СЛАЙД.- KAGAYA. http://www.hoshiuavi.com/