

САМООЦЕНКА ПОДРОСТКА



ЦЕЛИ УРОКА

1. ПОНЯТИЕ САМООЦЕНКИ И ЕЁ СОДЕРЖАНИЕ.
2. РЕГУЛИРОВАНИЕ ПОВЕДЕНИЯ 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. СОСТАВЬ 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

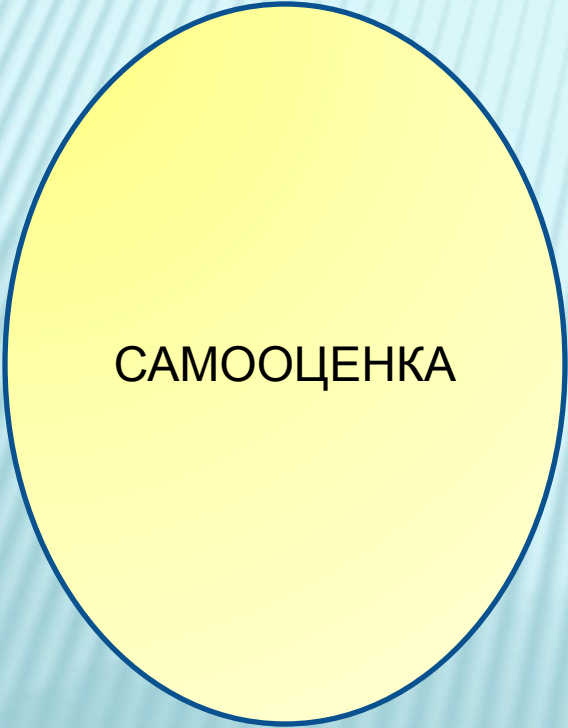
ЗАДУМАЕМСЯ

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.



САМООЦЕНКА



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

ЗАВЫШЕННАЯ САМООЦЕНКА
ПРИВОДИТ К КОНФЛИКТАМ-
ПРИВОДИТ К ПОЯВЛЕНИЮ
ОБИДЧИВОСТИ,
ПОДОЗРИТЕЛЬНОСТИ, И
АГРЕССИВНОСТИ.
ЗАНИЖЕННАЯ САМООЦЕНКА-
ПРИВОДИТ К НЕУВЕРЕННОСТИ

ПОНЯТИЕ САМООЦЕНКИ

ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКА НЕДОСТАТОЧНО САМООЦЕНКИ-

ВОПРОС: ЧТО ВАЖНЕЙ ДЛЯ ВАС?

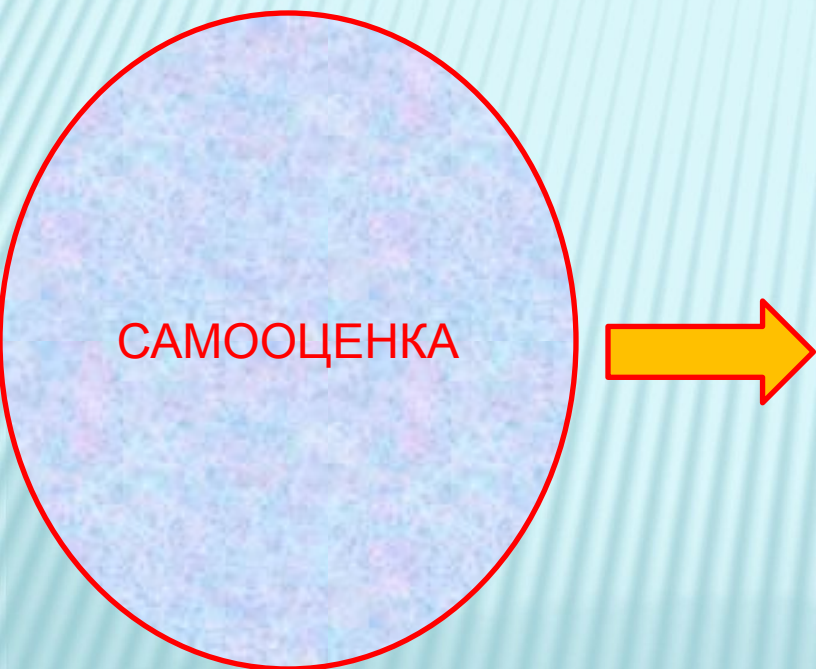
1. СВОЯ СОБСТВЕННАЯ САМООЦЕНКА.

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



САМООЦЕНКА



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



САМООЦЕНКА



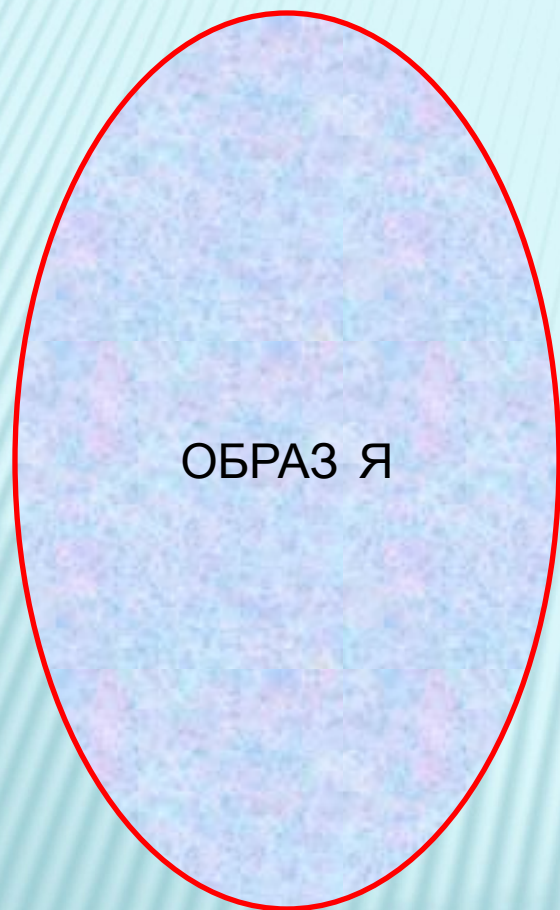
НИЗКАЯ САМООЦЕНКА ПОДРОСТКА НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО ЗАВИСИТ ОТ МАТЕРИАЛЬНОГО ПОЛОЖЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ.

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 САМООЦЕНКА
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 ЭТО ЛЕГЧЕ СДЕЛАТЬ ЧЕМ ВО ВЗРОСЛОЙ ЖИЗНИ

САМОВОСПИТАНИЕ

МЕТОДЫ



ЧТЕНИЕ КНИГ

САМОПРИКАЗ- КОРОТКОЕ
ОТРЫВИСТОЕ
РАСПОРЯЖЕНИЕ САМОМУ
СЕБЕ

САМОВНУШЕНИЕ- Я УВЕРЕН
В СЕБЕ

САМООБОДРЕНИЕ, ЮМОР

САМОСТИМУЛЯЦИЯ

ПОДВЕДЕМ ИТОГИ

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.