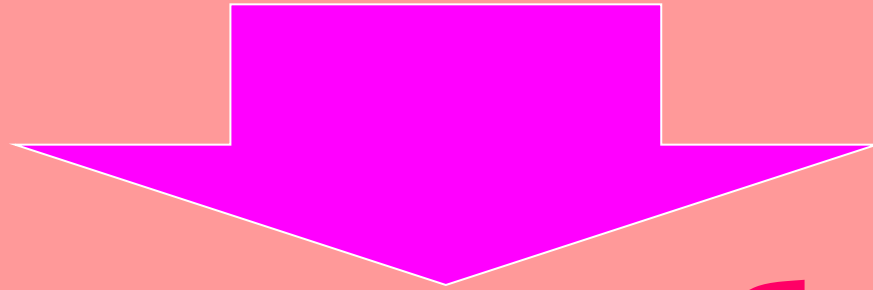


Родительское собрание
в 8 классе на тему:
«Развитие самосознания
и адекватной самооценки
подростка»

Педагог-психолог МОУ
«Травниковская СОШ»
Кузнецова И.В.

Самосознание (образ себя)



знания о себе +
оценка себя.

Оценка
себя
(самооценк
а)

Заниженная
(неуверенность)

Адекватная
(уверенность в
себе)

Завышенная
(самоувереннос
ть,
эгоизм)

Компенсаторно
завышенная
(человек
компенсирует
недостаток,
пытается его
скрыть.

Миф об Икаре



*Икар был заточён на острове Крит. Его
отец сделал крылья из перьев,
скреплённых воском, для того, чтобы
юноша мог подняться в небо и
улететь. Но Икар оказался слишком
самоуверен и самолюбив. Он захотел
долететь до солнца. Солнце
растопило воск его крыльев. Икар упал
в море и разбился.*

*Мораль: излишняя самоуверенность
приводит к беде.*

Пути преодоления завышенной самооценки

Хорошее знание себя (своих достоинств и недостатков)

Игра «Две стороны личности»

Положительные психологические свойства	Отрицательные психологические свойства
Лидер, умеет принимать решения, решительный, сконцентрированный на целях, конкурентный, нацелен на победу, уверен в себе, честолюбивый, энергичный.	Эгоистичный, категоричный, не терпит возражений, прерывает других, хитрый, коварный, нетерпеливый, самонадеянный, ориентирован на статус и карьеру.

ВОЛШЕБНАЯ ЛАВКА



В волшебной лавке продаются качества характера. Каждый из участников может приобрести те качества, которых ему не хватает, в обмен на положительные качества, которые имеет в избытке. Важно обосновать для чего ему нужно приобретаемое качество, и в каких ситуациях оно пригодится.

- Осознание того, что все трудности преодолимы и даны нам для саморазвития.
- Умение брать на себя ответственность за свои чувства, мысли, поступки, успехи и неудачи.

Упражнение «Я источник чувств»

Чужая ответственность

В том, что я получил двойку, виноват учитель.

Меня раздражают мои одноклассники

Моя ответственность

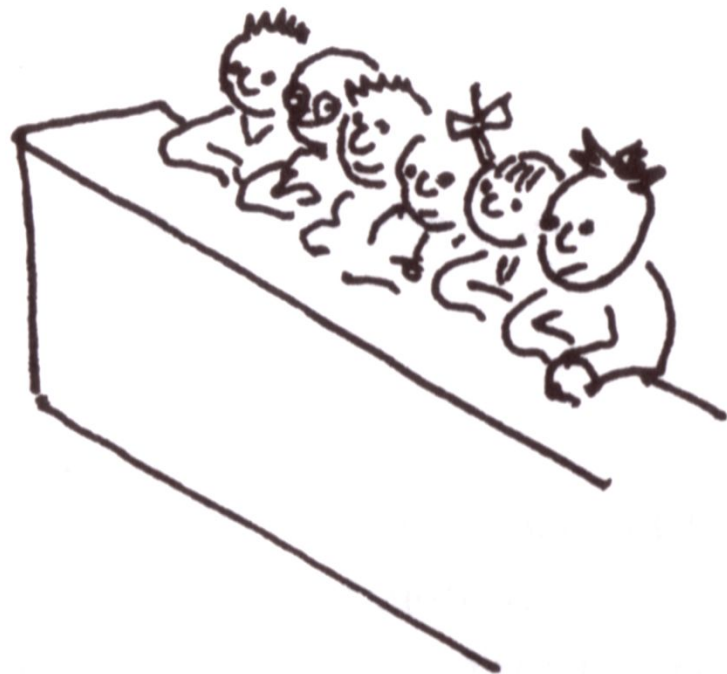
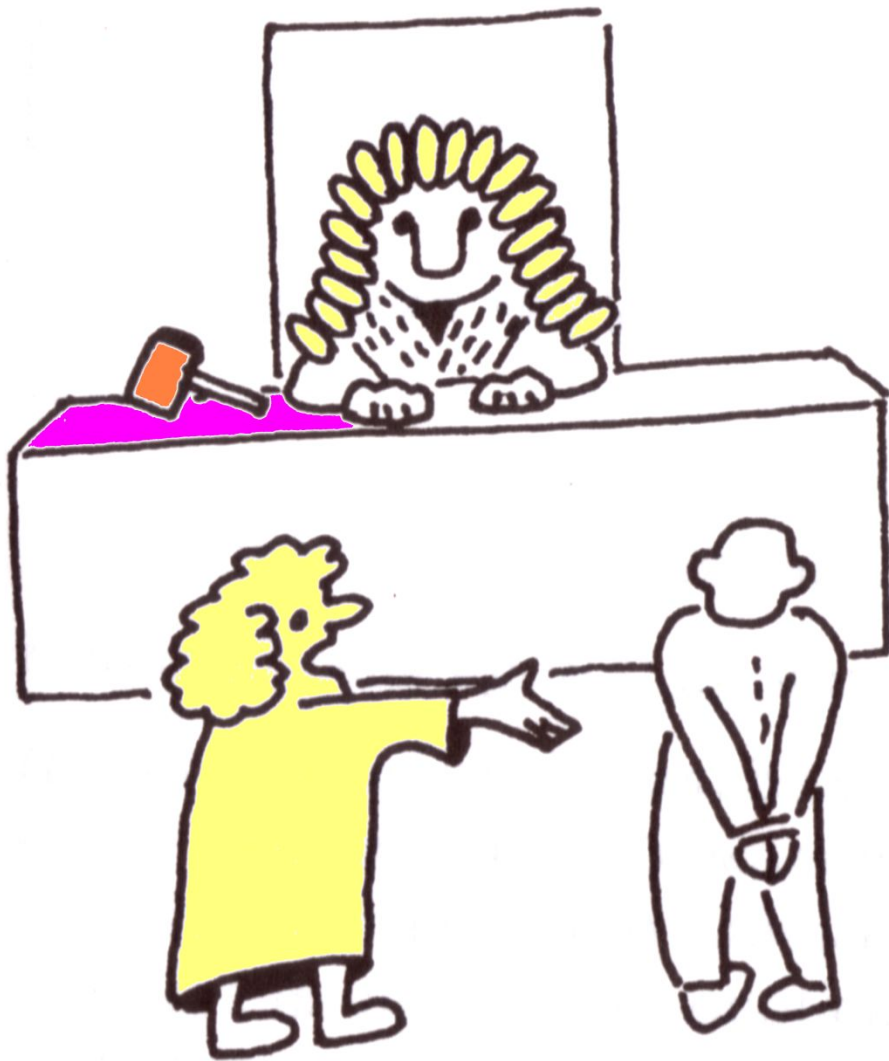
Я сам виноват в полученной двойке, нужно было выучить заданный материал.

Я раздражаюсь из-за того, что не могу найти общего языка со своими одноклассниками.

Способность к эмпатии (сочувствию, сопереживанию)

Представь себе, что ты сын беженцев из Афганистана. Уже несколько лет вы живёте всей семьёй в Москве. Твои родители – образованные люди, но у них нет законного права работать в России и они плохо знают русский язык. Ты ходишь в школу для детей беженцев, но после её окончания ты не имеешь права поступить в институт, хотя очень хочешь стать врачом. Какие чувства ты испытываешь, когда думаешь о своём будущем?

Умение видеть ситуацию с разных сторон



Умение видеть ситуацию с разных сторон

В суд обратился с заявлением о разводе мужчина, который узнал, что его жена не может иметь детей. Это – единственная причина, по которой он требует развода. Его жена не даёт согласия, мотивируя это тем, что она любит мужа и считает, что семья может быть счастливой и без детей. Какое решение суда будет правильным?

Умение видеть препятствия на пути к достижению целей.

