

Формирование положительной самооценки ребенка

Лекторий для родителей

учащихся 6 «А» класса МАОУ «СОШ № 1»

г. Верещагино Пермского края

Классный руководитель: Назаровская Н. В.

2014 - 2015 учебный год



Иоганн Вольфганг Гёте

*Большая ошибка – мечтать о себе
больше, чем следует,
и ценить себя ниже, чем стоишь.*

Самооценка - это

оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей.



• Самооценка

• Заниженная

- Кажущаяся недооценка себя и своих возможностей

• Завышенная

- Надуманная переоценка себя

• Адекватная

- Соответствует реальному представлению о себе

Ребёнок с заниженной самооценкой

- Пассивный*
- Мнительный*
- Обидчивый*
- Ранимый*
- Снижает темп обучения*
- Подсознательно придумывает прикрытия, которые помогают спрятаться от мира*



Ребёнок с завышенной самооценкой

- Стремится быть главнее всех*
- Проявляет агрессивность с теми, кто стремится к лидерству*
- Живёт с формулой "Я - самый лучший (сильный, красивый). Вы все должны меня слушать"*



Ребёнок с адекватной самооценкой

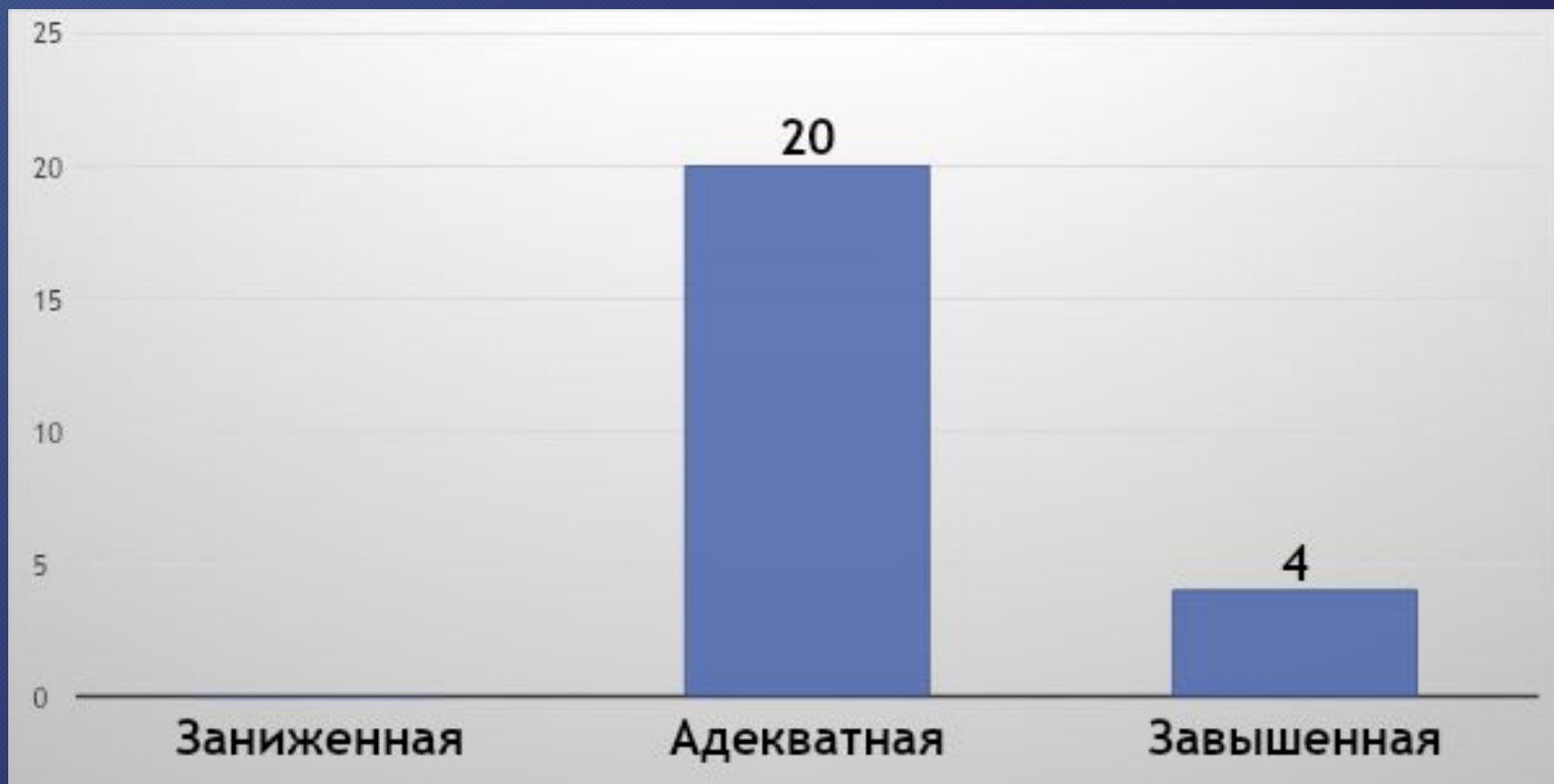
- Общительный*
- Контактный*
- С чувством юмора*





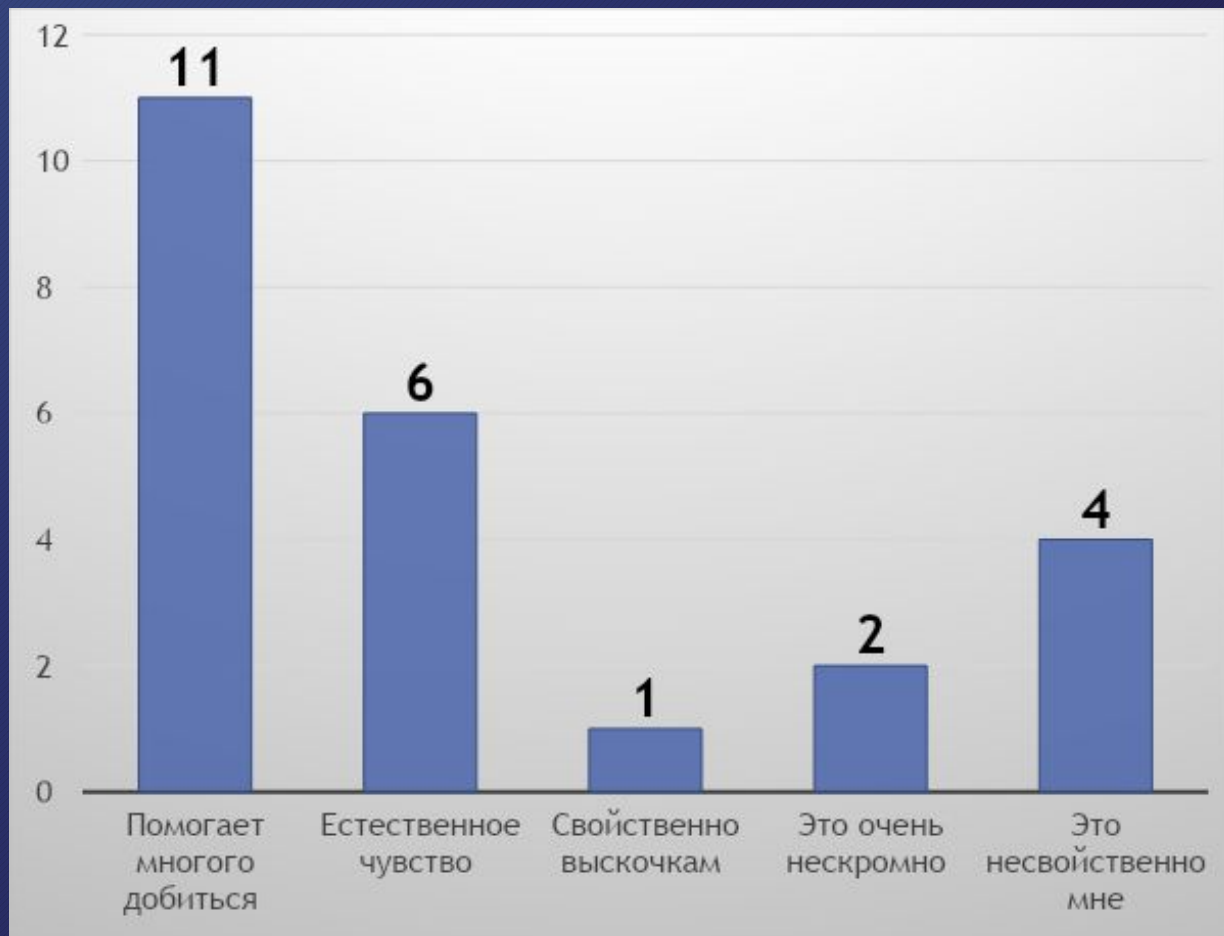
***Результаты тестирования
«Моя самооценка»***

Самооценка учащихся



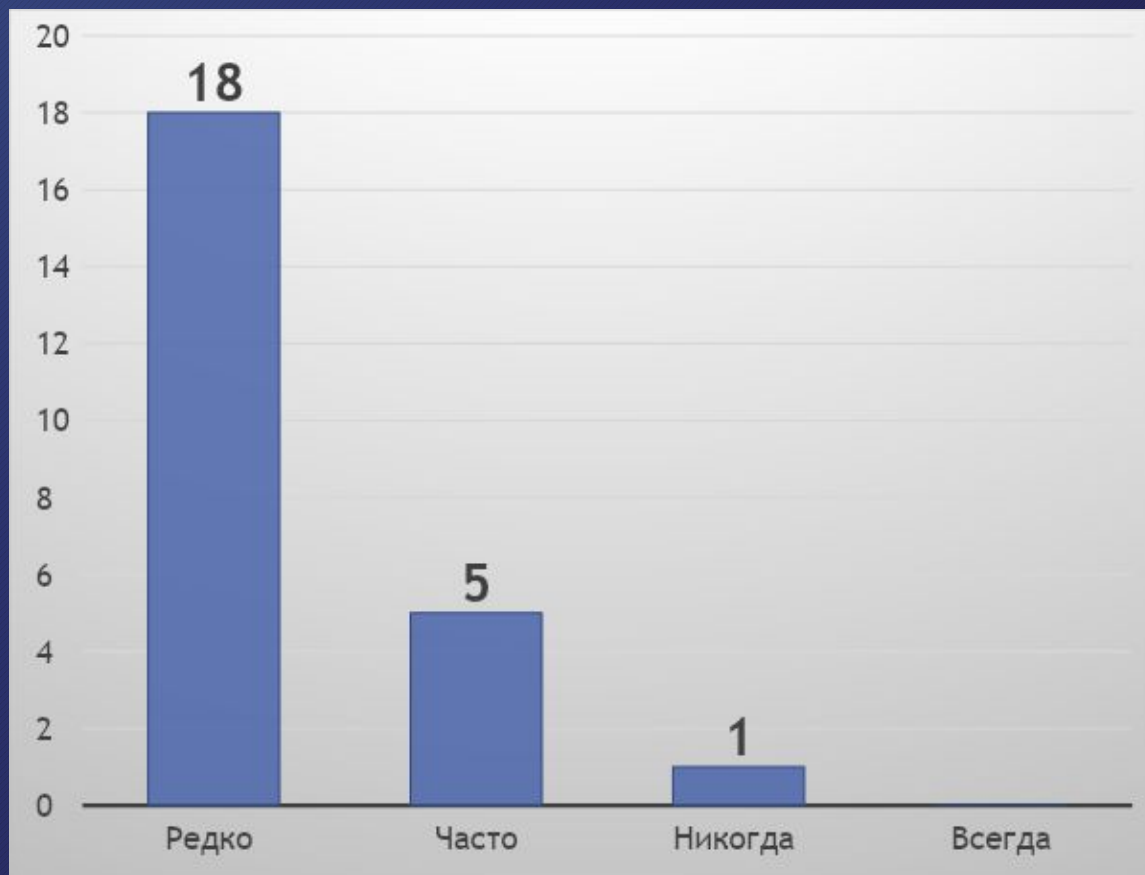
Стремление всегда быть лучше всех, на ваш взгляд...

- *Свойственно выскочкам*
- *Естественное чувство*
- *Помогает многого добиться*
- *Это очень нескромно*
- *Несвойственно мне*



Часто ли вы совершаете поступки, о которых потом жалеете?

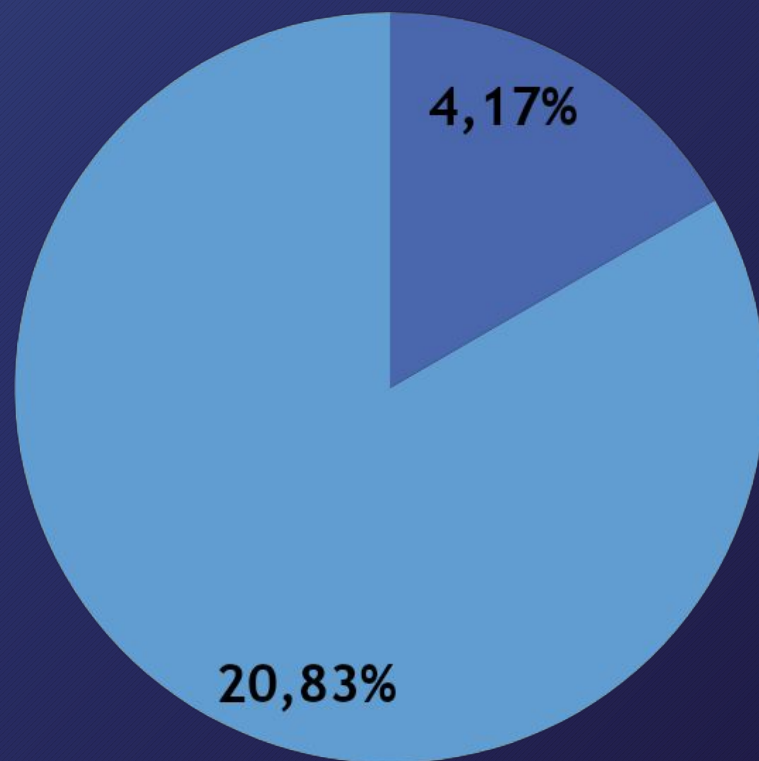
- *Часто*
- *Всегда*
- *Редко*
- *Никогда*



1. Как часто вас терзают мысли, что вам не следовало говорить или делать что-то?

а) Очень часто — 1 балл

б) Иногда — 3 балла

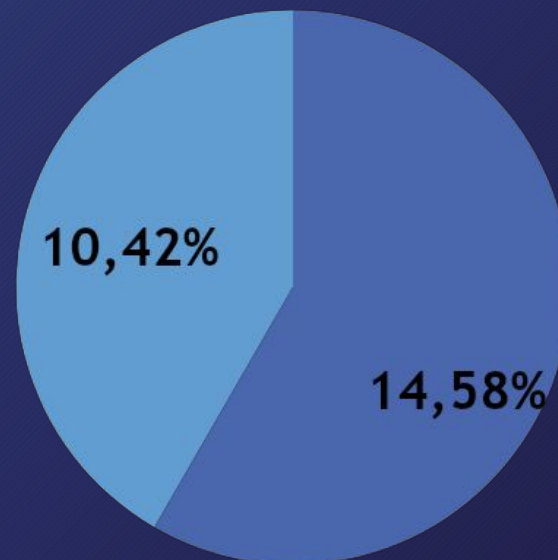


■ Очень часто ■ Иногда

2. Если вы общаетесь с блестящим и остроумным человеком, вы:

**а) Постараетесь
победить его в
остроумии — 5 баллов**

**б) Не будете
ввязываться в
соревнование, а
отдадите ему
должное и выйдете из
разговора — 1 балл**



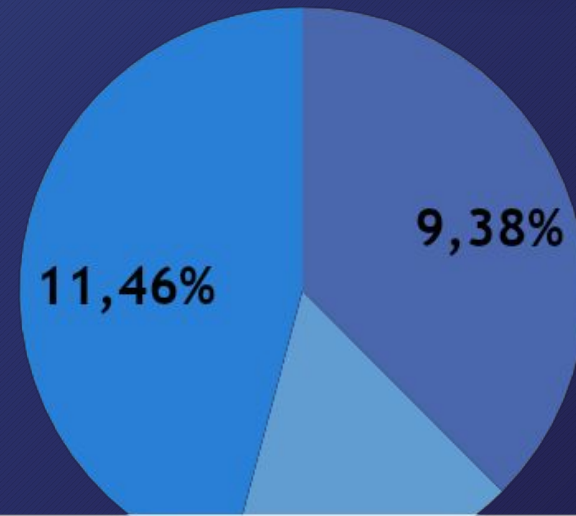
**Постараюсь победить в
остроумии**

3. Выберите одно из мнений, наиболее вам близкое:

а) То, что многим кажется везением, на самом деле, результат упорного труда — 5 баллов

б) Успехи зачастую зависят от счастливого стечения обстоятельств — 1 балл

в) В сложной ситуации главное — не упорство или везение, а человек, который сможет одобрить или утешить — 3 балла



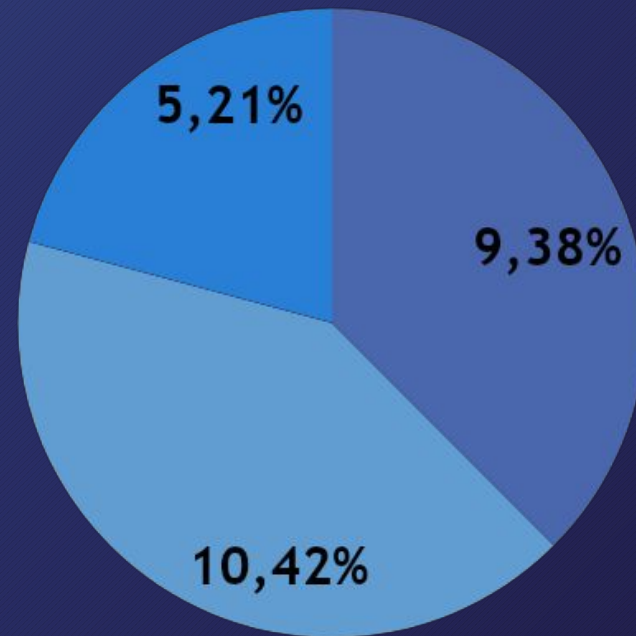
- Результат упорного труда
- Стечение обстоятельств
- Одобрение или утешение человека

4. Вам показали шарж или пародию на вас. Вы:

а) Рассмеетесь и обрадуетесь тому, что в вас есть что-то оригинальное — 3 балла

б) Тоже попытаетесь найти что-то смешное в вашем партнере и высмеять его — 4 балла

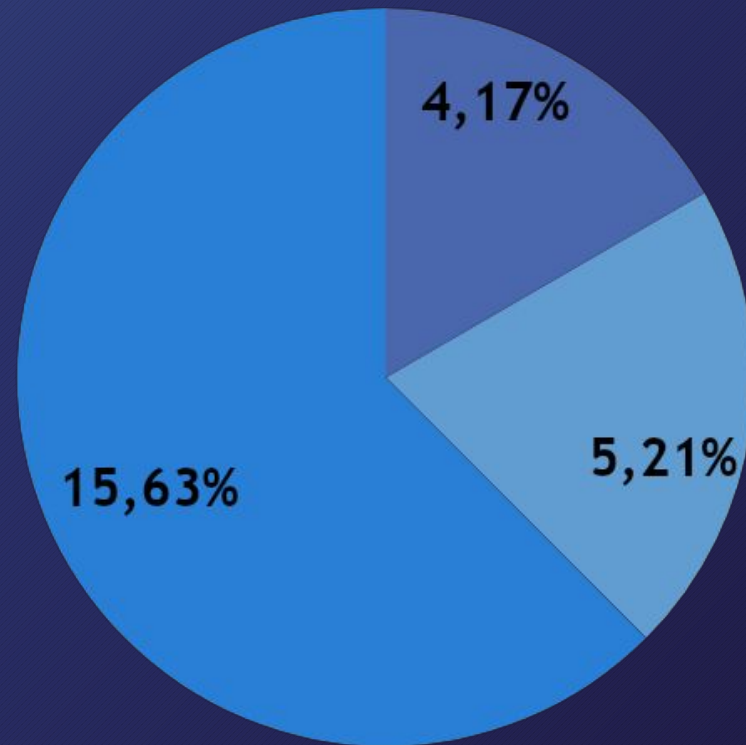
в) Обидитесь, но не подадите вида — 1 балл



- Рассмеюсь и обрадуюсь
- Высмею партнёра
- Обижусь, но не подам вида

5. Вы всегда спешите, вам не хватает времени или вы беретесь за выполнение заданий, превышающих возможности одного человека?

- а) Да – 1 балл**
- б) Нет – 5 баллов**
- в) Не знаю – 3 балла**



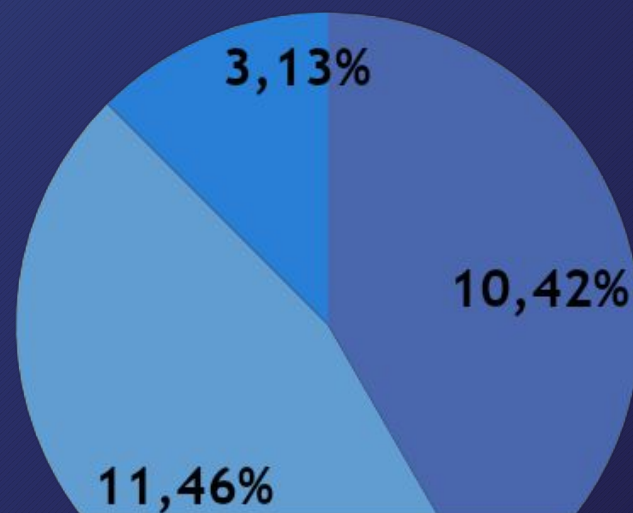
■ Да ■ Нет ■ Не знаю

6. Вы выбираете подарок другу или подруге на день рождения. Вы подарите:

а) Подарок, который нравится вам — 5 баллов

б) Подарок, обрадующий друга или подругу, хотя вам лично он не нравится — 3 балла

в) Подарок, который активно рекламируют - 1 балл



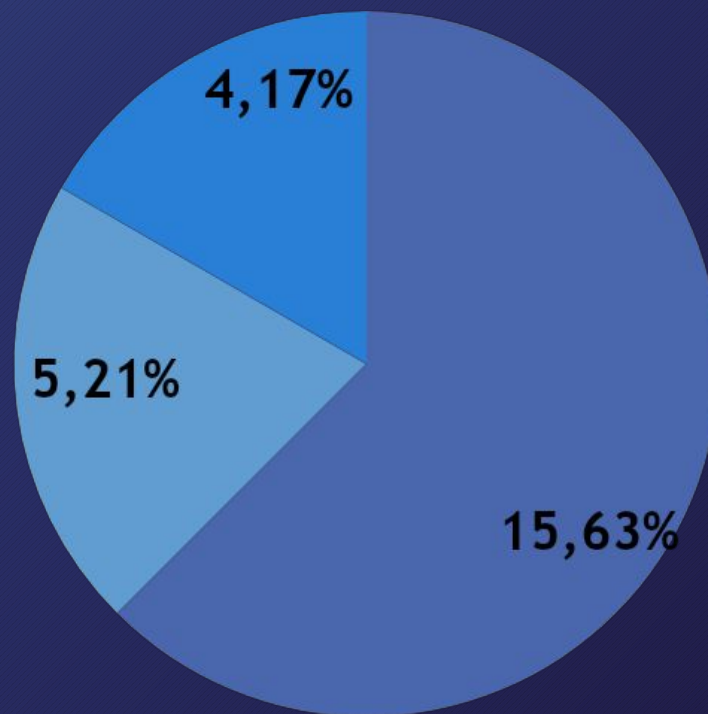
- То, что нравится мне
- То, что нравится другу (подруге)
- То, что рекламируют

7. Вы любите представлять себе различные ситуации, в которых вы ведёте себя совершенно иначе, чем в жизни?

а) Да – 1 балл

б) Нет – 5 баллов

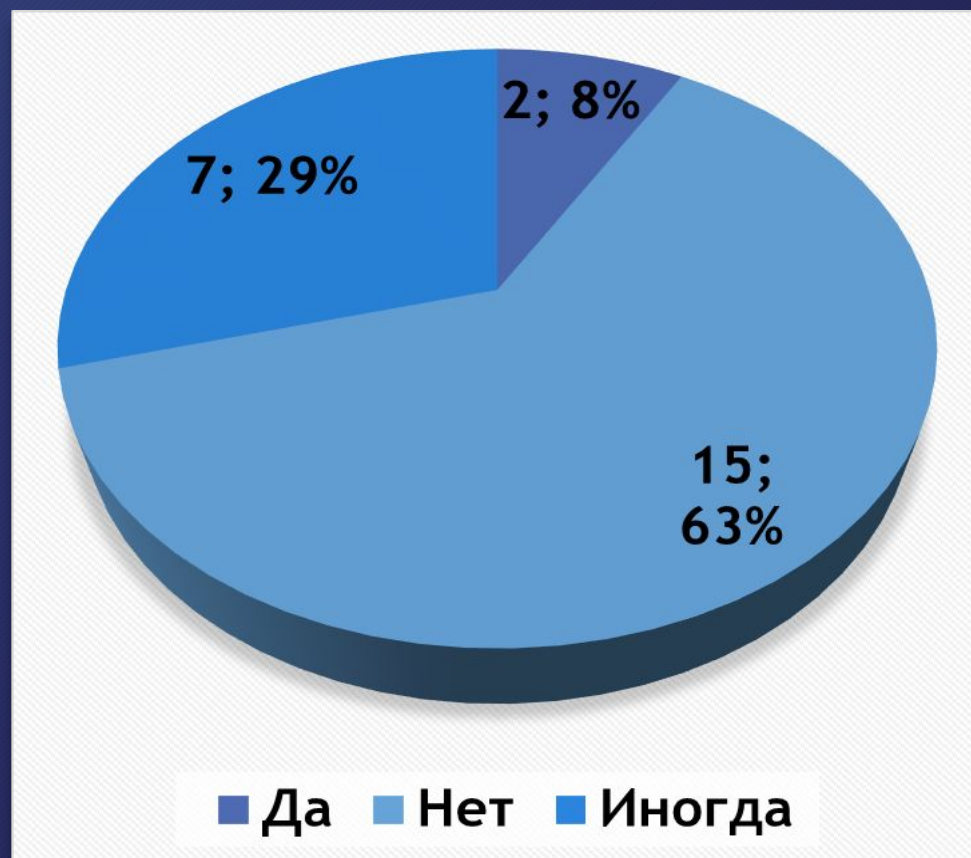
в) Не знаю – 3 балла



■ Да ■ Нет ■ Не знаю

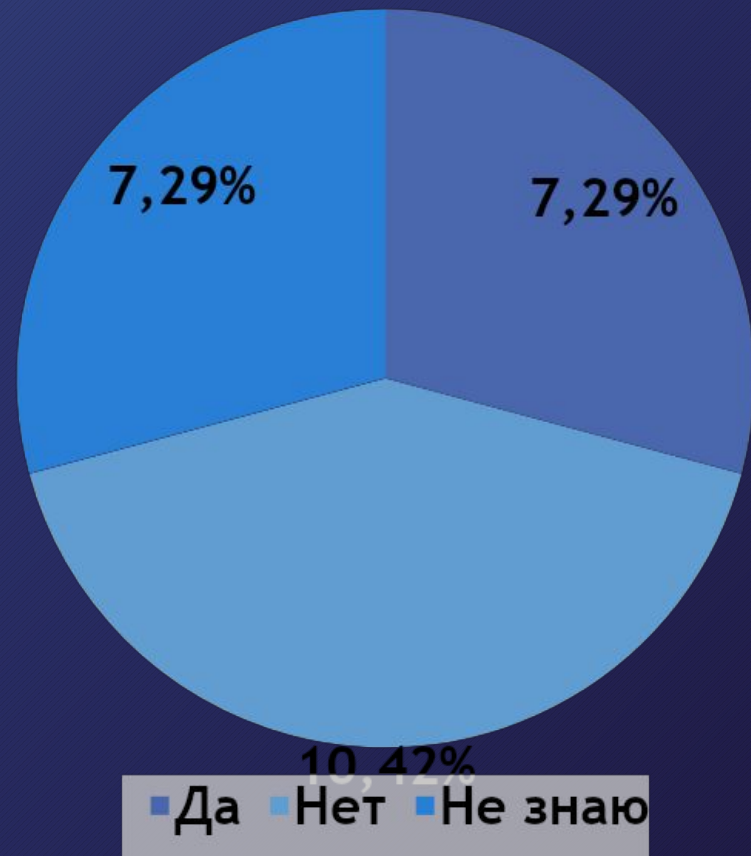
8. Задевает ли вас, когда ваши друзья (одноклассники) добиваются большего успеха, чем вы?

- а) Да – 1 балл**
- б) Нет – 5 баллов**
- в) Иногда – 3 балла**



9. Доставляет ли вам удовольствие возражать кому-либо?

- а) Да – 5 баллов
- б) Нет – 1 балл
- в) Не знаю – 3 балла



10. Закройте глаза и попытайтесь представить себе 3 цвета:

- а) Голубой — 1 балл
- б) Желтый — 3 балла
- в) Красный — 5 баллов



50—38 баллов. Вы довольны собой и уверены в себе. У вас большая потребность доминировать над людьми, любите подчеркивать свое «я», выделять свое мнение. Вам безразлично то, что о вас говорят, но сами вы имеете склонность критиковать других. Чем больше у вас баллов, тем больше вам подходит определение: «Вы любите себя». Но у вас есть один недостаток: слишком серьезно к себе относитесь, не принимаете никакой критической информации. И даже если результаты теста вам не понравятся, скорее всего, вы «защититесь» утверждением «все врут календари». А жаль...

37–24 балла. Вы живете в согласии с собой, знаете себя и можете себе доверять. Обладаете ценным умением находить выход из трудных ситуаций как личного характера, так и во взаимоотношениях с людьми. Формулу вашего отношения к себе и окружающим можно выразить словами: «Доволен собой, доволен другими». У вас нормальная здоровая самооценка, вы умеете быть для себя поддержкой и источником силы и, что самое главное, не за счет других.

23–10 баллов. Очевидно, вы недовольны собой, вас мучают сомнения и неудовлетворенность своим интеллектом, способностями, достижениями, своей внешностью, возрастом, полом... Остановитесь! Кто сказал, что любить себя плохо? Кто внушил вам, что думающий человек должен быть постоянно собой недоволен? Разумеется, никто не требует от вас самодовольства, но вы должны принимать себя, уважать себя, поддерживать в себе этот огонек.

Советы родителям по формированию адекватной самооценки ребёнка



- 1. Не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать все за него.**
- 2. Оставляйте ребенку право выбора.**
- 3. Поощряйте инициативу.**
- 4. Не забывайте, что ребенок внимательно наблюдает за вами.**
- 5. Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой.**
- 6. Не бойтесь показывать свою любовь!**