

Роль самооценки в формировании личности

*Самооценка —
отношение человека
к своим способностям,
возможностям,
личностным
качествам,
к внешнему облику*

Способы формирования адекватной самооценки ребенка в семье.

Ребенок должен пробовать (испытывать) себя в различных видах деятельности, выбирать то, что ему больше нравится, в чём он наиболее успешен.

Родители могут организовать для ребенка и его друзей «Ярмарку успехов», на которой дети представят свои лучшие работы. Родители должны содействовать тому, чтобы их ребенок открылся товарищам своими лучшими сторонами.

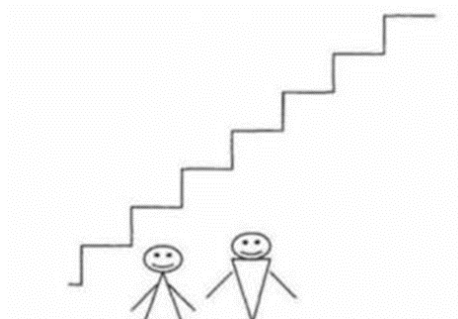
Ведение **портфолио** в семье способствует формированию адекватной самооценки, максимальному раскрытию индивидуальных возможностей каждого ребёнка, развитию мотивации дальнейшего творческого роста. Пополняя копилку своих успехов, он наблюдает за своим ростом, продвижением вперёд, формируется сознательное отношение к результатам учебного труда или внеурочной деятельности

Виды самооценки:
Заниженная
Завышенная
Адекватная.



Признаки заниженной самооценки у ребенка:

Повышенная тревожность, страх
Постоянная боязнь отрицательного мнения о себе (а что обо мне подумают другие)
Повышенная ранимость, ведущая к сокращению контактов с другими людьми
Свои успехи воспринимает как случайные и временные
Считает, что он недостойн хорошего к себе отношения
Считает, что вокруг одни неразрешимые проблемы
Настроение часто колеблется
Остро реагирует на критику, смех, порицания
Как правило такой ребенок зависим, податлив влиянию
Неинициативен, социально неактивен, избегает соревнований, т. к. не надеется на успех
Игнорирует жизненные сложности
Постоянно предвидит что-то неприятное в будущем
Сниженное самоуважение и, как следствие, склонность к агрессивному поведению
Отсутствие склонности к добрым поступкам, отсутствие честолюбия, стремления к достижению



На чистом листе нарисовать лесенку из 10 ступенек. Ребёнку дают инструкцию: «Представь себе, что на верхней ступеньке этой лесенки находятся самые лучшие дети на свете: самые красивые, самые умные; у них всё быстро получается, хорошо, легко; их любят родители, их хвалят учителя, у них много друзей. А на самой нижней ступеньке - те, кто прогуливает школу, плохо учится, не слушает родителей, с кем никто не хочет дружить, кого часто ругают родители, а папа и мама не очень любят. Все остальные дети находятся на других ступеньках: кто выше, кто ниже. Подумай, где твоё место на этой лесенке в данный момент, и нарисуй себя на ступеньке»

Признаки завышенной самооценки:

Мнение окружающих на его счет его абсолютно не интересует
Всегда берется за работу, превышающую его возможности и часто не доводит до конца
Успехи объясняет собственными способностями, а неудачи - это случайные стечения обстоятельств или предвзятое отношение окружающих
Умеет самоутвердиться за чужой счет
Подчеркивает свои достоинства перед тем, кого оценивает ниже себя
Заносчивость
Неуместная амбициозность
«Слепота» к собственным недостаткам.