# Учусь оценивать себя сам

### Цели:

 узнать, как человек может оценивать себя;

 научиться оценивать себя самому.

#### Оценивать – это значит:

- 1) понять какой я;
- 2) рассказать какой я;
- 3) выразить мнение о себе.

- Внимательность;
- Наблюдательность;
- Объективность;
- Правдивость.

## анализировать свои поступки

Самооценка –

это мнение человека о самом себе в сравнении с другими людьми.

### Самооценка

Завышенная

Заниженная

Адекватная



# Учусь оценивать себя сам

### Цели:

 узнать, как человек может оценивать себя;

 научиться оценивать себя самому.