

Самооценка и ее влияние на асоциальное поведение

Автор: Юсова Е.Б.,

педагог-психолог

МБОУ «Карамышевская СОШ»

Козловского района Чувашской

Республики



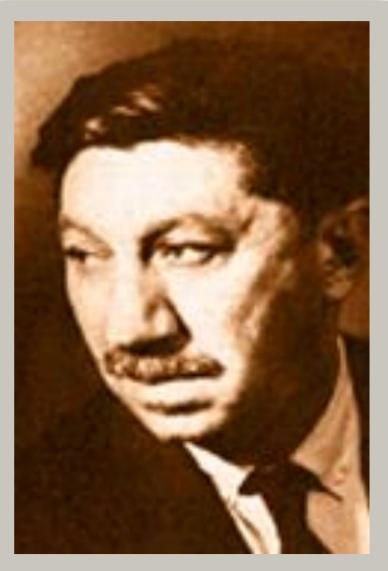
...Если захочется переделывать людей — начни с себя — это и полезней, и безопасней.

Дэйл Карнеги

Вся правда о самооценке

Самооценка — умение оценить себя, свои возможности и способности — играет важную роль в жизни каждого из нас... Ведь от того, каким ощущаешь себя, зависит поведение, настроение, многие жизненные важные решения, может быть, даже судьба.

Абрахам Маслоу (1908-1970)-



американский психолог, основатель гуманистической психологии.

«Удивительно, что, имея такое детство, я не заболел психозом. Я был маленьким еврейским мальчиком среди соседей неевреев. Я был одинок и несчастен. Я вырос в библиотеках, среди книг, без друзей»

www.themegallery.com

Иерархия потребностей

Потревности самоақтуализации

Потребности самоуважения!

Потребности принадлежности в любви!

Потребности безопасности и защиты

Биологические потребности

Примеры асоциального поведения по Маслоу

- Недоверие, цинизм, скептицизм
- Ненависть, антипатия, отвращение, расчет только на себя и для себя
- Вульгарность, нетерпеливость, отсутствие вкуса, бесцветность
- Дезинтеграция
- Утрата чувства собственного «Я» и индивидуальности, ощущение себя постоянно меняющимся и анонимным
- ❖ Безнадежность, нежелание чего либо добиваться
- Гнев, цинизм, непризнание законов, тотальный эгоизм
- Мрачность, депрессия, угрюмость, отсутствие интереса к жизни,
- Перекладывание ответственности на других
- Бессмысленность, отчаяние, утрата смысла жизни

Виды самооценки:



позитивная самоощенка

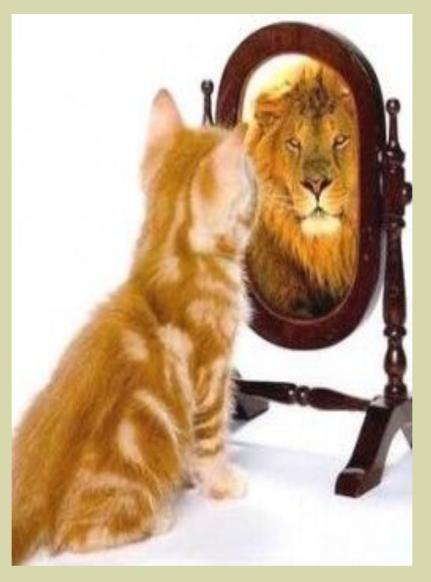


низкая самооценка



Ir.bikova

Завышенная самооценка



- Цели обширны, планки высоки, планы масштабны. Средства соответствуют целям.
- В основе такого мироощущения аксиома: "У меня все получится, мои ошибки не препятствие.
- Я достоин того, что мир благосклонен ко мне".

Ребенок с высокой самооценкой

Ребенку с высокой самооценкой проще существовать в коллективе. Он не боится показаться смешным или сделать глупость - поэтому готов придумывать: как решить задачу, где прогулять урок, во что поиграть на перемене. Он не слишком критично относится к своим действиям, поэтому осуществляет их - много и разных

К чему это приведет?

- 1. Ребенку все доступно, можно не озадачиваться поиском средств для достижения цели (не нужно учиться, не нужно стараться понравиться друзьям), и
- 2.Все происходящее направлено на доставление радостей именно ему. Итог присвоение чужих достижений и хвастовство. С таким ребенком сложно сосуществовать, поскольку им движет эгоцентризм, а переоценка себя и своих возможностей приводит к манипуляциям и малоприятному взаимодействию.

Заниженная самооценка



Человек чувствует себя плохим, слабым и недостойным успеха. Отсутствие веры в себя накладывает ограничения на его цели и планы. Такой человек чувствительнее к окружающим, менее авторитарен и с

готовностью признает

СВОИ ОШИБКИ(«Листочки»)

www.themegallery.com

Ребенок с низкой самооценкой

Низкий уровень притязаний и отсутствие веры в свои возможности признак низкой самооценки, основной тезис которой: "У меня никогда ничего не получается, поэтому я буду работать минимально и очень старательно, чтобы исключить все ошибки". Страх неудачи порождает более критичное отношение к собственной деятельности.

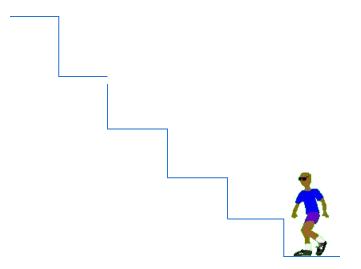
К чему это приведет?

При постоянных внушениях со стороны родных, близких, учителей, что он врожденный неудачник, что он ГЛУПЫЙ, ПЛОХОЙ, БОЛЬНОЙ, БЕЗГРАМОТНЫЙ, у чувствительного ребенка "опускаются руки". Смирение с собственной никчемностью приводит к "выученной беспомощности". Дитя перестает учиться, т.к. "все равно ничего не получается", перестает общаться. (Пс/ сказка « Позитив»)

Поэтому ...

Оцениваем только ПОСТУПОК ребенка, совершаемый им в данный момент, а не его самого!!!

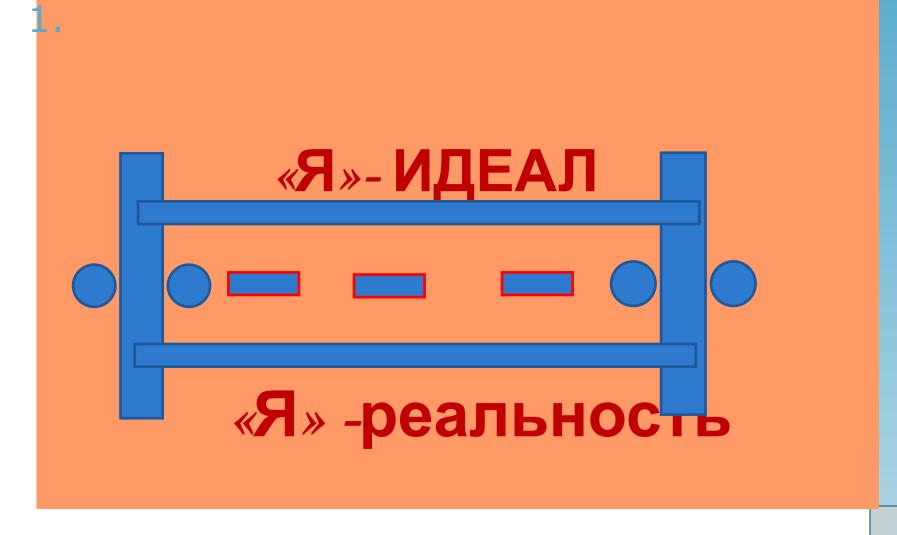
Кстати,



- К поступлению в 1 класс ребенок должен уметь оценивать свои поступки адекватно, поэтому для первоклассников норма- СРЕДНИЕ СТУПЕНИ по тесту «ЛЕСЕНКА»

19

« Я-концепция» Карла Роджерса



Есть выход, если..



Упражнение



Я

Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите своё имя. Затем вдоль лучей напишите все свои достоинства, всё хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей. Это будет ответ на вопрос «Почему я заслуживаю уважения?».

Литература:

- ❖ «Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий / авт. – сост. Ю.А. Голубева и др. – Волгоград: Учитель, 2009. – 206 с.»
- успехhttp://ncuxo-ycnex.ru/nastrojka-na-uspex/shest-stu penej-k-potoku-idej.htm

23