

КЛАССНЫЙ ЧАС ПО ТЕМЕ
«САМООЦЕНКА»

САМООЦЕНКА - ОЦЕНКА ЧЕЛОВЕКОМ
СОБСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ, ДОСТОИНСТВ И
НЕДОСТАТКОВ.

ТЕРМИН «**САМООЦЕНКА**»

ПОДЧЕРКИВАЕТ ОЦЕНОЧНЫЙ
ХАРАКТЕР ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О
СЕБЕ, ГДЕ ПРИСУТСТВУЮТ
ЭЛЕМЕНТЫ СРАВНЕНИЯ СЕБЯ С
НЕКИМ ВНЕШНИМ ЭТАЛОНОМ,
ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ ИЛИ
НРАВСТВЕННЫМ ИДЕАЛОМ.

САМООЦЕНКА МОЖЕТ БЫТЬ:

АДЕКВАТНОЙ

ЗАНИЖЕННОЙ

ЗАВЫШЕННОЙ

АДЕКВАТНАЯ САМООЦЕНКА -

ЧЕЛОВЕК РЕАЛЬНО ОЦЕНИВАЕТ СЕБЯ,
ВИДИТ КАК СВОИ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ,
ТАК И ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ КАЧЕСТВА.

ОН СПОСОБЕН АДАПТИРОВАТЬСЯ К
ИЗМЕНЯЮЩИМСЯ УСЛОВИЯМ СРЕДЫ.

НИЗКАЯ САМООЦЕНКА

СВОЙСТВЕННА ЛЮДЯМ, СКЛОННЫМ СОМНЕВАТЬСЯ В СЕБЕ, ПРИНИМАТЬ НА СВОЙ СЧЕТ ЗАМЕЧАНИЯ, НЕДОВОЛЬСТВО ДРУГИХ ЛЮДЕЙ, ПЕРЕЖИВАТЬ И ТРЕВОЖИТЬСЯ ПО МАЛОЗНАЧИТЕЛЬНЫМ ПОВОДАМ.

ТАКИЕ ЛЮДИ ЧАСТО НЕ УВЕРЕНЫ В СЕБЕ, ИМ ТРУДНО ДАЕТСЯ ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЙ,

НЕОБХОДИМОСТЬ НАСТОЯТЬ НА СВОЕМ.
ОНИ ОЧЕНЬ ЧУВСТВИТЕЛЬНЫ.

ВЫСОКАЯ САМООЦЕНКА -

ЧЕЛОВЕК ВЕРИТ В СЕБЯ, ЧУВСТВУЕТ СЕБЯ «НА КОНЕ», НО ИНОГДА, БУДУЧИ УВЕРЕН В СВОЕЙ НЕПОГРЕШИМОСТИ, ОН МОЖЕТ ПОПАСТЬ В СЛОЖНУЮ СИТУАЦИЮ, КОГДА ТРЕБУЕТСЯ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ПРИВЫЧНОГО ВЗГЛЯДА НА ВЕЩИ И ПРИЗНАТЬ ЧУЖУЮ ПРАВОТУ.