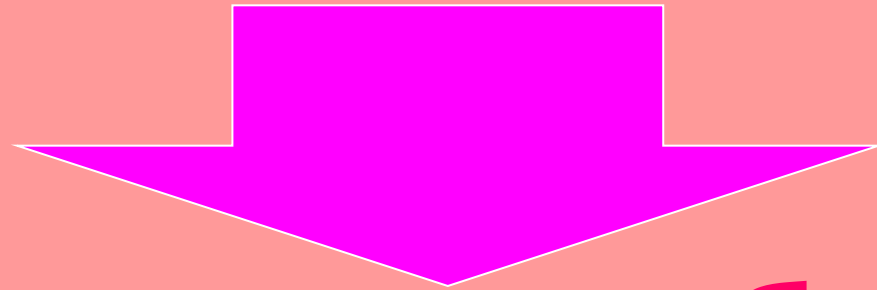


Родительское собрание  
в 8 классе на тему:  
«Развитие самосознания  
и адекватной самооценки  
подростка»

Педагог-психолог МОУ  
«Травниковская СОШ»  
Кузнецова И.В.

# Самосознание (образ себя)



знания о себе +  
оценка себя.

Оценка  
себя  
(самооценка)

Заниженная  
(неуверенность)

Адекватная  
(уверенность в  
себе)

Завышенная  
(самоуверенность,  
эгоизм)

Компенсаторно  
завышенная  
(человек  
компенсирует  
недостаток,  
пытается его  
скрыть).

# Миф об Икаре



*Икар был заточён на острове Крит. Его отец сделал крылья из перьев, скреплённых воском, для того, чтобы юноша мог подняться в небо и улететь. Но Икар оказался слишком самоуверен и самолюбив. Он захотел долететь до солнца. Солнце растопило воск его крыльев. Икар упал в море и разбился.*

*Мораль: излишняя самоуверенность приводит к беде.*

# Пути преодоления завышенной самооценки

# Хорошее знание себя

## (своих достоинств и недостатков)

### Игра «Две стороны личности»

Положительные психологические свойства	Отрицательные психологические свойства
Лидер, умеет принимать решения, решительный, сконцентрированный на целях, конкурентный, нацелен на победу, уверен в себе, честолюбивый, энергичный.	Эгоистичный, категоричный, не терпит возражений, прерывает других, хитрый, коварный, нетерпеливый, самонадеянный, ориентирован на статус и карьеру.

# ВОЛШЕБНАЯ ЛАВКА



В волшебной лавке продаются качества характера. Каждый из участников может приобрести те качества, которых ему не хватает, в обмен на положительные качества, которые имеет в избытке. Важно обосновать для чего ему нужно приобретаемое качество, и в каких ситуациях оно пригодится.



- Осознание того, что все трудности преодолимы и даны нам для саморазвития.
- Умение брать на себя ответственность за свои чувства, мысли, поступки, успехи и неудачи.

# Упражнение «Я источник чувств»

## Чужая ответственность

В том, что я получил двойку, виноват учитель.

Меня раздражают мои одноклассники

## Моя ответственность

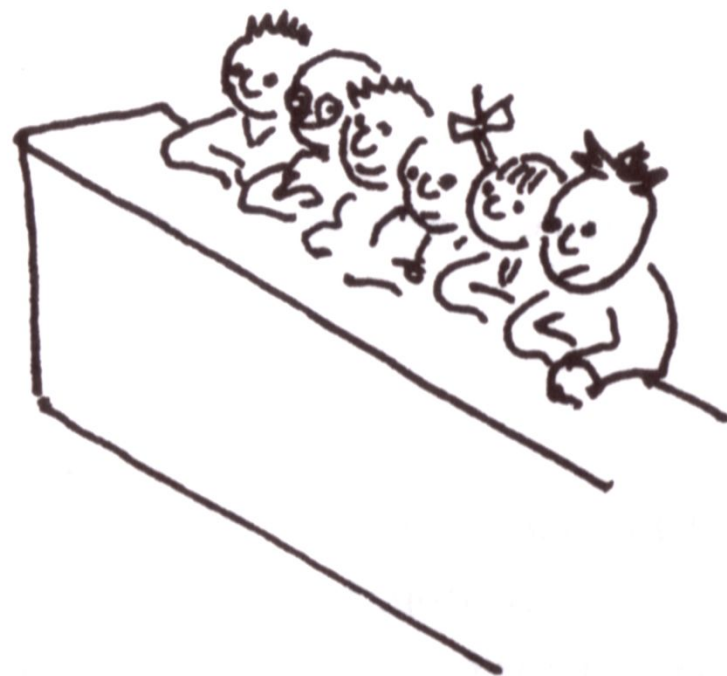
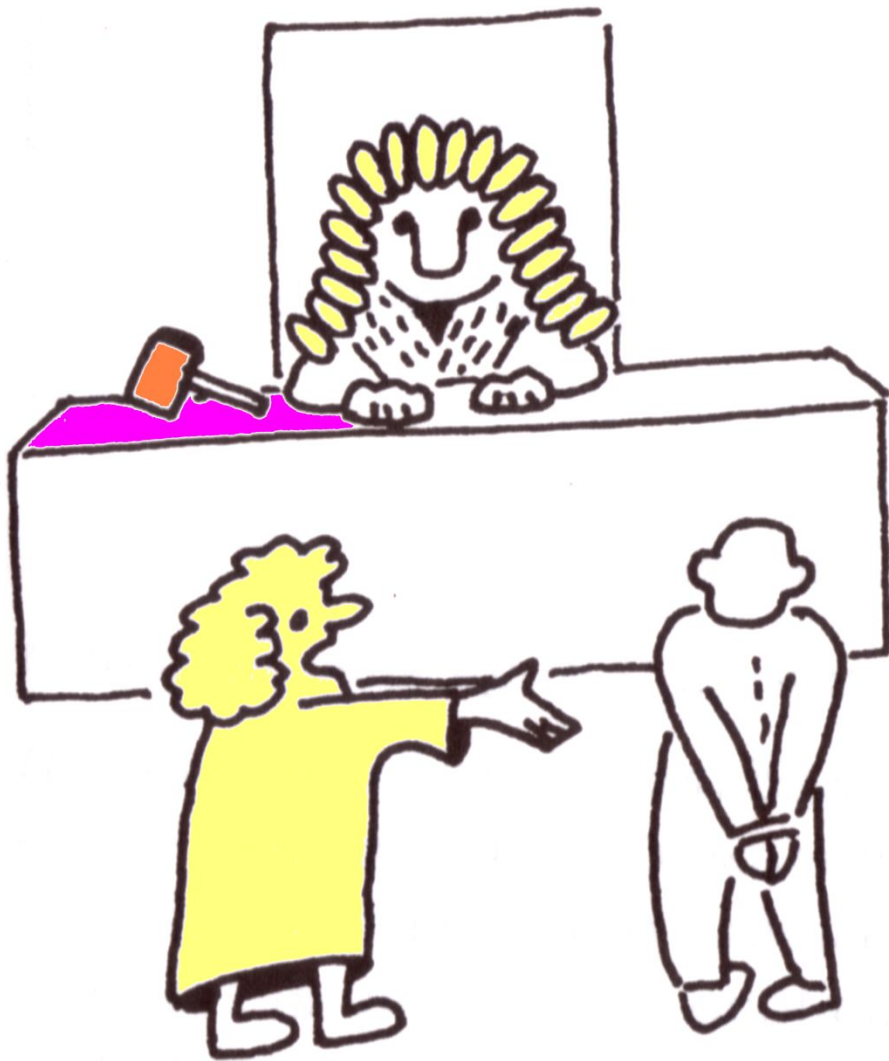
Я сам виноват в полученной двойке, нужно было выучить заданный материал.

Я раздражаюсь из-за того, что не могу найти общего языка со своими одноклассниками.

# Способность к эмпатии (сочувствию, сопереживанию)

Представь себе, что ты сын беженцев из Афганистана. Уже несколько лет вы живёте всей семьёй в Москве. Твои родители – образованные люди, но у них нет законного права работать в России и они плохо знают русский язык. Ты ходишь в школу для детей беженцев, но после её окончания ты не имеешь права поступить в институт, хотя очень хочешь стать врачом. Какие чувства ты испытываешь, когда думаешь о своём будущем?

# Умение видеть ситуацию с разных сторон



## Умение видеть ситуацию с разных сторон

В суд обратился с заявлением о разводе мужчина, который узнал, что его жена не может иметь детей. Это – единственная причина, по которой он требует развода. Его жена не даёт согласия, мотивируя это тем, что она любит мужа и считает, что семья может быть счастливой и без детей. Какое решение суда будет правильным?

# Умение видеть препятствия на пути к достижению целей.

