



ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ЧТЕНИЕ №2 НА ТЕМУ:

«САМООЦЕНКА И ЕЕ РОЛЬ ДЛЯ СТАНОВЛЕНИЯ САМОСОЗНАНИЯ ЛИЧНОСТИ»

Педагог-психолог СП ДОД Центра детского творчества:

Шамионова София Нусредовна

Самооценка - это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей [1,3].

Это наиболее существенная и наиболее изученная сторона самосознания личности. С помощью самооценки происходит регуляция поведения личности.

Как же личность осуществляет эту самооценку?

Человек становится личностью в результате совместной деятельности и общения. К. Марксу принадлежит мысль: «...человек сначала смотрится, как в зеркало, в другого человека. Лишь относясь к человеку Павлу как к себе подобному, человек Петр начинает относиться к самому себе к человеку».

Познавая качества другого человека, личность получает необходимые сведения, которые позволяют выработать собственную оценку.

Психология располагает рядом экспериментальных методов выявления самооценки человека, ее количественной и качественной характеристики.


Примеры методов и методик психолого-педагогического диагностирования самооценки:

1. Методика измерения самооценки Дембо-Рубинштейна для подростков и юношей.
2. Методика диагностики самооценки Ч. Д. Спилбергера, Ю. Л. Ханина для подростков и юношей.
3. Методика «Лесенка» В. Г. Щур.
4. Какой «Я» Немов Р. С.
5. Методика ДДЧ Дж. Бук
6. Методика «Дерево с человечками» Д. Лампен и другие.


Завышенная самооценка приводит к тому, что человек склонен переоценивать себя в ситуациях, которые не дают для этого повода – в младшем дошкольном возрасте и старшем дошкольном возрасте она является нормой, но уже с младшего школьного возраста и старше является недопустимой.

Чрезмерно заниженная самооценка может свидетельствовать о развитии так называемого комплекса неполноценности, устойчивой неуверенности в себе, отказа от инициативы, безразличия, самообвинения и что тем самым повышает его тревожность к различным ситуациям.

Игры-упражнения, которые помогут педагогам сформировать адекватную самооценку у обучающихся [4. стр. 105]:

 **Игра «Имя».** Спросите ребенка, нравится ли ему его имя или не нравится. Можно предложить ребенку придумать себе новое имя и рассказать про него. Спросить, почему бы он хотел, чтобы его назвали по-другому.

Эта игра может дать дополнительную информацию о самооценке ребенка. Часто отказ от своего имени означает, что ребенок недоволен собой или хочет быть лучше (в своем сознании), чем он есть сейчас.

 **Проигрывание ситуации.** Ребенку предлагается ситуация, в которой он должен изобразить самого себя. Можно ситуации придумать самим, например, привести ситуации из жизни - Мама принесла три апельсина: тебе и твоему брату (сестре). Как ты поделишь эти апельсины? Почему? Проигрывание ситуации поможет ребенку освоить эффективные способы поведения и использовать их в реальной жизни, а так же осознать значимость своего «Я», тем самым формируя адекватную самооценку.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Болотова А. К. Развитие самосознания личности: Временной аспект // Вопросы психологии. – 2006, №2. – С. 116 – 125.
2. Головей Л.А., Рыбалко Е.Ф. Практикум по возрастной психологии, СПб: Речь, 2001.
3. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений в 2 кн., М: Просвещение, 2001.
4. Чупаха И. В. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе. Научно-практический сборник инновационного опыта. М.: Илекса, Ставрополь – 2001. 400 с.