**ПОЗИТИВНАЯ САМООЦЕНКА**
**КАК УСЛОВИЕ УСПЕШНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ**

**Цели:**

1. Познакомить родителей с научно обоснованными подходами к решению проблемы формирования у детей положительной адекватной самооценки;
2. Напомнить о роли родителей в формировании адекватной самооценки ребёнка
3. Нацелить родителей на создание в семьях условий, способствующих развитию положительной самооценки личности ребёнка.

«На родителях, на одних родителях лежит

священнейшая обязанность сделать своих

детей человеками, обязанность же учебных

заведений – сделать их учёными, гражданами,

членами государства на всех его ступенях.

Но кто не сделался прежде всего человеком,

тот плохой гражданин. Так давайте же вместе

будем делать наших детей человеками.

Хорошие дети – хорошая наша старость, плохие

дети – плохая старость. Так думайте о будущем,

а будущее – это наши дети».

В.Г. Белинский.

Нашу встречу хочется начать с притчи.

Однажды утром один рыбак с двумя сыновьями отправился ловить рыбу. Улов был хорош, и к полудню трое мужчин готовы были вернуться домой. Но когда они начали вытягивать сети, внезапно налетела буря и полностью скрыла из вида береговую линию.

А в это же самое время буря не пощадила и их маленький домик. Он загорелся, огонь сжёг дотла их жильё и всё имущество.

Когда рыбак с сыновьями выбрались на берег, его ждала плачущая жена, которая тут же рассказала мужу и детям о постигшем их несчастье. Но рыбак и бровью не повёл. Жена возмутилась: «Муж, мы потеряли всё, что у нас было, а тебе и дела нет!»

Тогда рыбак ответил: «Огонь, уничтоживший наш дом, оказался тем самым светом, который внезапно возник в тумане и указал нам дорогу к берегу».

Свет в окне дома… Какие чувства он вызывает у наших детей? Радость, что тебя ждут? Слёзы очищения: «Ну, вот я и дома»; раздражение – ну, что им надо, чего им не спится; боязнь – как пройти тихонько, чтобы обошлось без скандала и воплей?

*Какие качества необходимы человеку для того, чтобы развить способности к взаимопониманию?*

*Человек, который способен критически мыслить, способен к самоанализу, - это человек, который не будет винить кого-то в том, что его не понимают. Он не ждёт изменения в других людях или в обстоятельствах. Он меняет себя.*

Казалось бы очень простое слово «самооценка», и, если я сейчас попрошу вас предложить свои определения этого понятия, вы легко справитесь с этим.

Итак, САМООЦЕНКА – это … (родители отвечают).

Процесс самопознания человеком себя чрезвычайно сложен. Иногда, прожив целую жизнь, человек не в состоянии разобраться в самом себе, не говоря уже о понимании окружающих.

Образ собственного «Я» у каждого человека выступает как установка по отношению к самому себе, образуя систему представлений о себе. По своей сути это есть самосознание. Оно складывается из сознания своих физических, интеллектуальных, нравственных качеств и их самооценки.

Самооценка определяет поведение человека, является началом становления его самосознания и предпосылкой к успешному развитию личности. Адекватная и правильная самооценка побуждает человека к активности, направленной на формирование тех качеств, которые развиты недостаточно хорошо, к избавлению от недостатков.

Если самооценка неадекватна (например, завышена), то ребенок, как правило, не реагирует на замечания, которые делаются окружающими. В результате ошибки и недостатки в поведении могут превратиться в привычки, от которых впоследствии очень трудно будет избавиться.

Основная причина неверной самооценки многих детей не в том, что они сознательно не хотят видеть и признавать свои недостатки, а в том, что они не в состоянии их увидеть даже под влиянием посторонних людей. Главная задача взрослых заключается не в том, чтобы заставить ребёнка публично признать свои промахи и ошибки, а в том, чтобы помочь ему самому убедиться в их существовании. Долгое время было распространено мнение, что наиболее вредна и опасна завышенная самооценка. На самом деле и заниженная самооценка мешает успешному развитию личности. Не верящий в себя человек во всём сомневается, он не уверен, что сможет справиться с порученным делом. От этого он смотрит в будущее без оптимизма и несёт в себе массу комплексов.

Ребёнку необходимо иметь положительные представления о себе, что является непременным условием счастья, способности к адаптации в изменяющихся социальных условиях.

Дети с отрицательной самооценкой склонны чуть ли не в каждом деле находить непреодолимые препятствия. Ситуация экзамена для таких детей оказывается просто непереносимой. Формирование у детей низкой самооценки может быть двух типов.

**Первый тип**. Характерно неверие в свои силы, невысокое представление о себе, с которым ребёнок смирился. Складывается тогда, когда родители постоянно указывают на недостатки, устанавливают жёсткие требования. Все успехи ребёнка объясняют случайностью, а неудачи – неумелостью, неловкостью, глупостью. В результате складывается низкая самооценка.

**Второй тип**. Родители имеют высокие притязания, предъявляют много требований, не веря в успех их выполнения. Такие дети тянутся к лидеру, но эта дружба лишь закрепляет низкую самооценку, лишая удовольствия общения со сверстниками.

Итак, самооценка - оценка личностью самого себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Как мы рассмотрели выше, существует два вида самооценки: адекватная и неадекватная. И уже у младших школьников можно выделить эти отличия.
Самооценка ребенка обнаруживается не только в том, как он оценивает себя, но и в том, как он относится к достижениям других. Из наблюдений известно, что дети с повышенной самооценкой не обязательно расхваливают себя, но зато они охотно бракуют все, что делают другие. Ученики с пониженной самооценкой, напротив, склонны переоценивать достижения товарищей.

Дети, не критичны к себе, часто очень критичны к другим. Если маленькому школьнику (первокласснику, второкласснику), который обычно получает хорошие отметки и высоко оценивает себя, дать на оценку его собственную работу и такую же по качеству работу, выполненную другим, то себе он поставит 4 или 5, а в работе другого найдет массу недостатков. Ребенок не рождается на свет с каким-то отношением к себе. Как и все другие особенности личности, его самооценка складывается в процессе воспитания, в котором основная роль принадлежит семье и школе.

Дети с высокой самооценкой отличаются активностью, стремлением к достижению успеха как в учении и общественной работе, так и в играх. В любой деятельности они стремятся быть максимально самостоятельными. В общении с малознакомыми людьми они рассчитывают на то, что будут хорошо приняты, не проявляют тревожности, застенчивости. В общем, это дети, о которых можно сказать, что они оптимисты. Причем их оптимизм и уверенность в себе основываются на правильной оценке своих возможностей и способностей.

Совсем по-иному ведут себя дети с низкой самооценкой. Их основной особенностью является неуверенность в себе. Во всех своих начинаниях и делах они ожидают только неуспеха. Поэтому они боятся учителей и любым путем стремятся к тому, чтобы быть ими незамеченными. Очень застенчивые, ранимые, робкие, они в дискуссиях на уроках, в общественной жизни остаются в тени, предпочитая слушать других, чем самим включаться в обсуждение.

Обнаружилось, что нет никакой связи между самооценкой ребенка и материальной обеспеченностью семьи. Зато прочность семьи оказалась очень важным фактором; в распавшихся семьях чаще встречались дети с пониженной самооценкой.
Не выявилось связи между самооценкой ребенка и количеством времени, которое родители проводят вместе с ним. Главное - не сколько, а как общаются родители с ребенком. Важно бережное, уважительное отношение родителей к личности ребенка, их интерес к жизни сына или дочери, понимание характера, вкусов, знание друзей. В семьях, где воспитывались дети с высокой самооценкой, родители, как правило, привлекали детей к обсуждению различных семейных проблем и планов. К мнению ребенка прислушивались и относились к нему уважительно и тогда, когда оно расходилось с родительским. Большое внимание к личности ребенка сочетается в этих семьях с требованием соблюдать нормы поведения. Однако дисциплину в этих семьях нельзя назвать суровой. Ребенка неохотно хвалят за все хорошее, не бьют и не прибегают к другим принижающим его личность наказаниям.

Совсем другая картина открылась в семьях, где жило большинство детей с пониженной самооценкой. Родители этих учеников не смогли сколько-нибудь содержательно охарактеризовать своего ребенка. Эти родители включаются в жизнь своих детей только тогда, когда они создают для них определенные трудности; чаще всего толчком к вмешательству служит вызов родителей в школу. В таких семьях отсутствует система правил, норм регламентирующих жизнь семьи в целом и ребенка в частности. Если судить по внешним признакам, то родители здесь выглядят более «разрешающими». Однако, свобода, которая предоставляется ребенку, - это, по существу, бесконтрольность, следствие равнодушия не только к ребенку, но часто родителей друг к другу.

Если **самооценка занижена**, то человек:
Склонен чуть ли не в каждом деле находить непреодолимые препятствия: «зачем волноваться, шансов на победу всё равно нет»;
Хуже приспосабливается к условиям жизни;
Трудно сходится со сверстниками;
Учится и работает, расходуя больше сил, чем нужно;
Неуверен в себе, от критики приходит в отчаяние;
Слишком критичен к себе;
Имеет повышенный уровень тревожности.

В высказываниях о себе: «У меня это никогда не получится»;

В нежелании признать свою вину: «Я не виноват, что…»;

В отрицательном отношении к школе и к учителям: «Учителя меня не любят»;

В низкой мотивации, отказе от попыток добиться какого-то успеха: «Меня это не интересует»;

В повышенной чувствительности к критике: «Все против меня».

Если **самооценка завышена**, то человек:
Слишком уверен в себе, в своей правоте и исключительности;
Не проявляет критичности и требовательности к себе;
Ставит себя выше других, что может привести к конфликтам;
Теряет внутренний стимул для развития личности.

Если **самооценка адекватна**, то человек:
Делает ошибки и учится на них;
Принимает свой физический облик таким, как есть, даже если он не совершенен;
Исследует новые возможности и интересы, используя их как потенциал для роста;
Пребывает в гармонии с собой, не чувствуя превосходства над другими людьми;
С уважением относится к другим;
Заботится о своем физическом здоровье.

Что может повлиять на формирование детской самооценки?
Конечно же, **стили семейного воспитания**.

**Попустительский стиль** семейного воспитания.
Родители добиваются от своих детей беспрекословного выполнения правил, требований и их прихотей. Как правило, делают они это неумело и непоследовательно: одновременно могут наказать ребёнка за непослушание и тут же поощрить его, чтобы он не плакал (особенно если это происходит на глазах окружающих – не хотят выглядеть непристойно). Родители не знают меры ни в поощрении, ни в наказании. Они действуют ситуативно в зависимости от того, насколько позволяют обстоятельства или условия регулировать поведение ребёнка с помощью «кнута и пряника».
Родители постоянно обещают ребёнку за выполненную им работу вознаграждение.

**Состязательный стиль** семейного воспитания
Отношение родителей к деятельности ребёнка. С раннего возраста ищут в ребёнке необычные, выдающиеся качества, поощряют любую его активную деятельность. Если ребёнок делает успехи, родители относятся к этому восторженно, а также вознаграждают материально. Сначала они сравнивают состязательную деятельность своего ребёнка с другими детьми, а потом сами включаются в активную состязательную деятельность с ним (через систему многообразных совместных игр) и постоянно отдают своему чаду пальму первенства. При этом также продолжают восхищаться его непобедимостью и непревзойдённостью, заботятся о том, чтобы предоставить ему максимально широкое поле деятельности для раскрытия его талантов и способностей.
Всё это приводит к тому, что ребёнок начинает верить в свою непобедимость и превосходство над другими. Случаи же поражения вызывают у него депрессию, апатию и отказ от попыток чего-либо добиться в этом виде деятельности.
Желая управлять деятельной активностью ребёнка, родители, в основном, используют поощрительные методы, которые очень мощно воздействуют на сознание ребёнка как дополнительный стимул. Однако стоит ребёнку не выполнить нормы поведения, наказание будет достаточно суровым, жёстким.
Родители в своём ребёнке постоянно видят суперличность. Их мало волнуют его человеческие качества. Главное для них – как он должен выглядеть в обществе, чтобы не оказаться последним на иерархических ступенях социума. Поэтому они всегда следят за внешним видом ребёнка, обучают хорошим манерам, требуют их демонстрации в обществе. Родители безумно любят своего ребёнка, защищают его (прав он или неправ) от нападок посторонних, общаются с ним на равных и предъявляют к нему такие же требования, как к взрослому человеку.

**Рассудительный стиль** семейного воспитания
С детства родители предоставляют ребёнку полную свободу действий, чтобы он путём самостоятельных проб и ошибок приобретал личный опыт. Удовлетворяя главные жизненно важные его потребности в активной деятельности, родители не сдерживают его, считая, что активность ребёнка должна находить естественный выход. Удовлетворяют потребность ребёнка в общении, в познании полностью: терпеливо рассказывают обо всём и отвечают на все возникающие у ребёнка вопросы, но при этом стараются дать им возможность найти самим правильный ответ.
Не поощряют ребёнка за то, что он делает с удовольствием. Родители считают, что можно обойтись без внешних стимуляторов активизации детей, так как это естественная потребность каждого человека и ею надо не управлять, а её предоставлять, чтобы ребёнок сам мог выбрать в соответствии с его внутренними потребностями и интуицией ту деятельность, в процессе которой он получал бы максимальное удовольствие.
Отношение родителей к ребёнку как правило, ровные и спокойные, как между равными личностями. Однако это не фамильярные взаимоотношения между ребенком и родителями, так как они постоянно держат дистанцию взрослого, заботящегося и любящего родителя. Тёплые добрые взаимоотношения проявляются во всём: как в удовлетворении жизненно важных потребностей ребёнка, в движении и поддержании его статуса в семье, так и в совместной деятельности. Ребёнок наравне со взрослыми принимает участие в решении множества семейных ситуаций. Родители следят за тем, чтобы достоинство ребёнка никогда не принижалось как членами семьи, так и посторонними людьми. Поэтому у таких родителей дети с достоинством и глубоким уважением относятся к окружающим.

**Предупредительный стиль** семейного воспитания
Родители считают, что ребёнок не должен действовать самостоятельно. С ним необходимо постоянно заниматься, не оставлять его ни на минуту без внимания. Поэтому родители предпочитают сами рассказывать ребёнку обо всём, читать, показывать, отвлекая его от беспорядочных и хаотических действий. Ребёнок лишён активной деятельности, он – пассивный созерцатель, постоянно развлекаемый родителями. С чем связано такое отношение родителей? Прежде всего, с их страхом: как бы ребенок в процессе самостоятельной деятельности не укололся, или не ударил себя тем или иным инструментом, или, напротив, не сломал игрушку, не повредил в доме мебель, или не был обижен кем-то.
Родители никогда в дошкольном возрасте не наказывают своего ребёнка ни за какие проступки и выходки, наоборот, испытывают чувство вины перед ним, если он капризничает, если они не могут удовлетворить его прихоть и сильно переживают, если кто-то жёстко обходится с их ребёнком.
Родители много хвалят своего ребёнка, поддерживают любые совершаемые самостоятельные активные действия. Пытаясь воспитать в ребёнке уверенность в себе, применяют не только моральные стимулы в качестве поощрения, но и вознаграждают материально.
Полная покорность родителей ребёнку, беспрекословное выполнение всех его желаний любыми возможными и невозможными способами, страх перед капризами. Родители не чают души в своём ребёнке и готовы отдать ему всё, чтобы у него не было тех трудностей, болезней и невзгод, которые испытали они сами.

**Наши скромные достижения.**
Очень важно, чтобы, думая о себе, ребенок мог сказать, что в какой-то сфере жизни он достиг высоких результатов. Родителям, конечно, хочется, чтобы это была хорошая учеба. Но у наших детей – иные ценности, разные возможности. К тому же, не каждому дано стать Эйнштейном, Лобачевским ... Миру нужны и Левши, и Кулибины.
Надеемся, что вы уже осознали, насколько важно, чтобы у ваших детей сформировалась адекватная самооценка. В силу того, что наши ребята испытывают трудности в учебе, им важно реализоваться в чем-то другом. Роль родителей, учителей заключается в том, чтобы заметить достижения ребенка, поддержать его, вовремя удивиться его талантам.

Представьте себе, что ваш ребенок приятно вас удивил. Какова будет ваша реакция? Что вы скажете ему, как поддержите?
Родители предлагают следующие варианты:
Хорошо!
Как в сказке!
Ты просто чудо!
Я сам не смог бы сделать лучше!
Я тобой горжусь!
Это как раз то, что нужно.
Здорово!
Тут мне без тебя не обойтись.

Свое выступление мне хочется закончить словами великого немецкого писателя и поэта И.В. Гете: «Если ты потерял состояние, то ты еще ничего не потерял: состояние ты можешь нажить вновь. Если ты потерял честь, то попробуй приобрести славу – и честь тебе будет возвращена. Но если ты потерял веру в себя, то потерял все!».