

«Самооцінка та її роль у спілкуванні»

Самооцінка в підлітковому віці



Самооцінка у підлітків ситуативна, нестійка, схильна до зовнішніх впливів у молодшому підлітковому віці і більш стійка у старшому підлітковому віці. Підлітки нерідко оцінюють себе нижче за тими показниками, які здаються їм найважливішими.

У підлітковому періоді вплив батьків помітно знижується і підвищується значущість однолітків. Підлітки починають критично оцінювати своїх батьків, їхню думку, виробляють власну позицію щодо батьківської оцінки. Батьківська позиція починає сприйматися лише як одна з можливих.

Однак при цьому підтримка сім'ї і прийняття підлітка та його прагнень батьками дуже впливають на рівень його загальної самооцінки. Душевне й уважне ставлення батьків залишається важливою умовою формування і подальшого підкріплення позитивної самооцінки підлітків. Водночас жорстке, негативне ставлення батьків має зворотну дію: такі підлітки, як правило, сфокусовані на невдачах, бояться ризикувати, у них вищий рівень тривожності, вони частіше бувають агресивними і брутальними.

Що може зробити вчитель, щоб поліпшити самооцінку учнів:

- називати учнів на ім'я, виявляти шанобливе ставлення до кожного;
- не критикувати зовнішність учня, соціальне становище сім'ї, не принижувати гідність;
- роблячи зауваження, не зачіпати особистість учня, а висловлюватися тільки з приводу його поведінки або вчинків;
- демонструвати однакові вимоги й однакове ставлення до всіх;
- відзначати позитивні досягнення, результати роботи кожного учня і звертати на це увагу всього класу;
- уникати порівнянь успіхів одного учня з успіхами інших;
- доручати кожному виконання визначеного обов'язку в класі;
- перетворювати невдачі учнів у позитивний навчальний і життєвий досвід;
- уникати надмірної опіки, цікавитися думкою учнів та поважати її, заохочувати взаємодопомогу і взаємовиручку в класі.

Підготувала:
Практичний психолог Балківецької гімназії
Ватаманіца Л.В.