

Уровень самооценки обучающихся МБОУ Тесинской СОШ № 10 имени Героя Советского Союза П.И. Колмакова

	кол-во	%		
Количество обследованных учащихся	62			
из них				
Имеют уровень самооценки:				
очень высокий	5	8,06		
высокий	7	11,3		
средний	25	40,3		
низкий	23	37,09		
Уровень притязаний:				
очень высокий	6	9,7		
высокий	20	32,2		
средний	18	29,03		
низкий	16	25,8		
степень расхождения:				
сильная	21	33,9		
умеренная	19	30,6		
слабая	12	19,4		
неопределенная	10	16,1		
Варианты самооценки:				
Благоприятные варианты	Благоприятный 1	13	20,9	
	Продуктивный 2	4	6,5	
Неблагоприятные варианты		3		
		4		
		5	8,06	
		6		
		7	1,6	
		8	21	33,9
		9	8	12,9

Рассмотрим каждый неблагоприятный вариант самооценки.

Третий вариант самооценки

<i>Что означает</i>	<i>Возможные причины</i>
Неблагоприятное отношение подростка к себе, неблагоприятие в личностном развитии	- негативное внушение родителей, близких взрослых с детства: «Ты ни на что не годен», которое впоследствии поддерживается внешней оценкой социума (например, педагогами, одноклассниками); - негативное самовнушение «Я ни на что не годен», что может являться воплощением неоправдавшихся надежд родителей
<i>Возможные варианты изменения ситуации</i>	
<i>Рекомендации педагогам:</i>	

- перестаньте видеть неудачи и промахи подростка, постарайтесь увидеть сильные стороны подростка и создайте ситуации, в которых подросток почувствует себя успешным;
- поддерживайте веру подростка в успех деятельности, замечайте самые малые его продвижения и достижения и говорите ему об этом: «Сегодня ошибок меньше, сделал быстрее и т.д.»;
- включайте подростка во взаимодействие с теми одноклассниками, которые смогут принять данного подростка, поддерживать;
- публично подчеркивайте успешность подростка, как перед одноклассниками, так и перед другими педагогами;
- помогайте подростку разобрать ситуацию неудачи на составляющие, понять, что помешало добиться успеха, что можно изменить

Рекомендации родителям:

- перестаньте сравнивать своего ребенка с другими детьми или с собой, со своими ожиданиями от него. Ваш ребенок – не хуже и не лучше кого-то – он другой! Признайте, примите это;
- не акцентируйте внимание на его неудачах и неукладках, наоборот, попробуйте увидеть сильные его стороны, его достижения;
- покажите, что любите своего ребенка не за достижения, а просто за то, что он есть;
- поймите, чем живет ваш ребенок – чем интересуется, увлекается, занимается и т.д.;
- поддерживайте своего ребенка в его начинаниях, помогайте сохранять веру в успех;
- в ситуациях неудачи разбирайте причины ситуации, помогайте ребенку найти способы изменить это;
- покажите ребенку, что радуетесь, гордитесь его достижениям, успеху пусть даже в тех деятельности, которые вы считаете баловством, не серьезным увлечением и т.д.;
- стимулируйте своего ребенка к занятиям спортом (танцами) - важно, чтобы ваш ребенок любил себя, свое тело (это же подростки!).

Четвертый вариант самооценки

<i>Что означает</i>	<i>Возможные причины</i>
Учащегося как бы удовлетворяет его «средний» уровень, он не ждет от себя никаких «взлетов», никаких изменений и даже не хочет их	<ul style="list-style-type: none"> - негативное внушение родителей «Ты слабый/слабая, сам(а) не справишься, нужна наша помощь»; - у подростка в опыте не было практики самостоятельной постановки цели – ему всегда говорили, что и как надо делать; - у подростка никогда не интересовались – что ЕМУ интересно, что ОН планирует делать

Возможные варианты изменения ситуации

Рекомендации педагогам:

- в групповой работе подростков, совместной в детско-взрослой деятельности организуйте ситуации взаимодействия с подростком при постановке цели. Цели должны быть конкретными, достижимыми и значимыми для подростка;
- используйте проектную и/или исследовательскую деятельность для образования подростков, которая создает условия для выбора подростками важного и значимого для себя;
- создавайте для подростка возможность выбора – выбора интересного ЕМУ задания, вопроса, проблемы, произведения и т.д. для изучения; выбора способа действия и формы представления результатов и т.д.;

- поймите сильные стороны подростка, создавайте ситуации, в которых он сможет почувствовать свою успешность, что он может, у него получается;
- включайте подростка во взаимодействие с теми одноклассниками, которые смогут принять данного подростка, поддерживать, в группе с которыми он достигнет успеха в какой-то деятельности/ деле;
- публично подчеркивайте успешность подростка, как перед одноклассниками, так и перед другими педагогами.

Рекомендации родителям:

- не высказывайте подростку своего отрицательного мнения о нем - не только о нем как о человеке, но и о его внешности или его отдельных качествах;
- показывайте своему ребенку, что вы его любите – не за хорошее поведение и отличные отметки, а потому что это ВАШ ребенок;
- попробуйте понять, что интересно вашему ребенку, чем он увлекается, чем бы ему хотелось заняться, попробовать и т.д.
- позвольте своему ребенку проявлять самостоятельность в выборе занятия, но обсуждайте с ним основания этого интереса, как идут дела в его реализации, достаточности ресурса для реализации и т.д.;
- позвольте своему ребенку самостоятельно принимать важные для него решения, но обсуждайте с ним эту ситуацию;
- показывайте ребенку, что вы видите его продвижение в чем-то, улучшение, достижения, поддерживайте ребенка в этом движении;
- поддерживайте «я могу» ребенка, создавайте ситуации, в которых эти умения проявляются ВНОВЬ И ВНОВЬ.

Пятый вариант самооценки

<i>Что означает</i>	<i>Возможные причины</i>
В самооценке школьника отражается лишь его общее положительное отношение к себе, причем отношение эмоциональное, самооценка не основывается на анализе своих возможностей	<ul style="list-style-type: none"> - в опыте подростка большое влияние оказывала внешняя оценка его действий, его успешности; - у подростка не сформированы учебные действия оценки, анализа, рефлексии (выполнения задания, ситуации, поступка, своей деятельности и т.д.)

Возможные варианты изменения ситуации

Рекомендации педагогам:

- в рамках уроков и внеурочных занятий развивайте у подростка такие учебные действия, как действия оценки, анализа, рефлексии (выполнения задания, ситуации, поступка, своей деятельности и т.д.);
- создавайте для подростка ситуации необходимости понимания и оценки СВОИХ возможностей и ресурсов для выполнения того или иного задания, обеспечивая при этом своевременную обратную связь;
- на уроках и внеурочных занятиях, мероприятиях воспитательной работы создавайте ситуации выбора для подростка – темы, формы работы, команды, режима работы, способа выполнения задания и т.д.;
- создавайте ситуации, в которых подросток обнаруживает СВОЕ незнание и неумение и ищет способы его преодоления. Это позволит подростку начать думать об основаниях того, почему ОН думает ТАК, а не иначе;

- создавайте ситуации межличностного взаимодействия подростков для выполнения того или иного задания, решения той или иной задачи. В этих ситуациях становится возможным понимание и предъявление подростком СВОЕЙ точки зрения, своей позиции;
- развивайте рефлексивное мышление подростков;
- создавайте ситуации, которые позволяют подросткам понять, что есть он сам, насколько его действия являются социально значимыми – эти ситуации связаны с предъявлением подростками (группой подростков) результатов своей деятельности внешнему сообществу, общественности. Хорошие возможности для этого обеспечивает проектная деятельность, социальное проектирование (создание блага для других людей);
- создавайте ситуации порождения собственных проектов/идей подростков и их реализации – как в урочной, так и внеурочной и воспитательной работе.

Рекомендации родителям:

- обсуждайте с ребенком совместные планы, позволяйте ему высказывать СВОЕ мнение, но при этом просите ребенка аргументировать свою точку зрения. При этом будьте готовы ПРИНЯТЬ его аргументы в решении того или иного вопроса;
- обсуждайте со своим ребенком успешность или неуспешность в какой-то деятельности, выделяя сильные и слабые стороны в деятельности ребенка;
- поддерживайте своего ребенка особенно в ситуации неуспеха, предлагайте проанализировать эту деятельность, обязательно выделяя не только слабые стороны, но и сильные; обсуждайте с ребенком, как можно изменить ситуацию или что и как надо сделать, что в следующий раз достичь успеха в этой деятельности;
- создавайте ситуации, в которых подросток САМ обнаруживает СВОЕ незнание и неумение и ищет способы его преодоления. Это возможно только в ситуации САМОСТОЯТЕЛЬНОГО действия подростка! Позвольте своему ребенку самостоятельно что-то сделать – в данном случае не столько важно успешно или неуспешно это будет осуществлено, сколько это станет ЕГО опытом, ЕГО СОБСТВЕННЫМИ переживаниями, которые становится возможным понимать и анализировать;
- поддерживайте ребенка в реализации ЕГО проектов, появляющихся как в рамках учебной деятельности, так и СВОИХ собственных;
- включайте своего ребенка в групповую работу – выездные интенсивные школы/смены; проектные команды и т.д., поддерживайте его в этом;
- включайте ребенка в оказание помощи другому человеку (младшим, старикам, людям с ограниченными возможностями и т.д.), поддерживайте такого рода деятельность, инициированную в школе.

Шестой вариант самооценки

<i>Что означает</i>	<i>Возможные причины</i>
<p>Глобальное, завышенное представление о себе. Это те случаи, когда школьник «закрыт», не чувствителен ни к своим ошибкам, ни к замечаниям, оценкам окружающих</p>	<ul style="list-style-type: none"> - такая «глобальная удовлетворенность собой» часто носит ярко выраженный защитный характер на какое-то сильное внешнее неблагополучие, остро переживаемый внутренний конфликт; - гиперопека родителей; - недостаточное внимание родителей и попустительское отношение с их стороны.

	Однозначно охарактеризовать этот вариант самооценки достаточно трудно. Это можно сделать только в общем контексте широкого изучения личности школьника.
<i>Возможные варианты изменения ситуации</i>	
<u><i>Рекомендации педагогам:</i></u>	
<p>- для понимания причин и принятия решения о способах коррекции данного типа самооценки подростка необходимо привлечь школьного психолога;</p>	
<p>- поймите, какие отношения складываются в семье между подростком и родителями. От этого зависит ваша стратегия поведения:</p>	
<p>1) <i>если родители гиперпекают подростка:</i></p>	
<ul style="list-style-type: none">• создавайте ситуацию ВЫБОРА – на уроках, в классной жизни, когда подростку необходимо будет САМОМУ принимать решение. Например, какие задания выполнять, чтобы подготовиться к контрольной работе или получить отметку; в какой форме выполнять задание, какой курс выбрать, как организовать, например, новогодний вечер в классе, и т.д.;• создавайте ситуации, в которых подростки будут сами планировать выполнение того или иного задания, сами делить обязанности, сами выполнять эти планы;• не «стелите соломку», чтобы у подростков «все получилось», то есть не подсказывайте, не выполняйте за них, чтобы дело было сделано. А организуйте промежуточные встречи по обсуждению того, как идут дела по реализации планов, какие трудности появляются, как они их преодолевают. В этом и будет состоять ваша помощь;• поощряйте самостоятельное действие подростка;• давайте обратную связь по поводу действий и деятельности подростка, выделяя и сильные, и слабые стороны;	
<p>2) <i>если родители попустительски относятся к своему ребенку:</i></p>	
<ul style="list-style-type: none">• помочь подростку выстраивать адекватное общение с людьми – включайте его в групповую работу, групповое решение задач;• в рамках групповой работы учите подростка слушать и правильно реагировать на услышанное, давать высказаться другому, сопереживать другому, вежливо присоединяться к разговору, правильно высказывать свое мнение, не обижая, собеседников;• отдельной задачей можно назвать следующую – научить подростка адекватно реагировать на критику. Это становится возможным, если в фокусе внимания удерживать ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, УМЕНИЯ, ЗНАНИЯ, а не особенности личности подростка;• создавайте ситуации, требующие от подростка четкого и грамотно высказывания. Задавайте ему вопросы, поощряйте подростка больше говорить, учите его поддерживать беседу, находить новые темы для разговора;• помогите подростку приблизиться к интересам компании, в которой ему хочется быть.	
<u><i>Рекомендации очень занятым родителям, считающим, что подросток уже сам все может решить и сделать и поэтому не стоит на это тратить свое время:</i></u>	

- уделяйте своему ребенку внимание каждый день, беседуйте с ним обо всем на свете. Задавайте вопросы, поощряйте ребенка больше говорить, учите его поддерживать беседу, находить новые темы для разговора;
- интересуйтесь делами своего ребенка – не только школьными, но и теми, которые осуществляются в его свободное время. При этом важна постановка ваших вопросов – не «как дела?», а «что нового/интересного произошло сегодня» и т.д. то есть ответ ребенка на ваш вопрос должен быть развернутым. При этом важно, чтобы ваш ребенок видел, что вам **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** важно то, что он говорит;
- проводите вместе свободное время, планируя его **СОВМЕСТНО**, ориентируясь и на **ЕГО** интересы и предпочтения;
- учите подростка адекватно реагировать на критику. Это становится возможным, если в фокусе внимания удерживать **ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, УМЕНИЯ, ЗНАНИЯ**, а не особенности личности подростка. Можно это делать на примере разбора ваших собственных неудач/трудностей;
- не стесняйтесь показать своему ребенку, что у вас тоже есть трудности/неудачи, сложные моменты, спрашивайте у ребенка его совета;
- анализируя успешность тех или иных действий/решений подростка, давайте обратную связь, выделяя и сильные, и слабые стороны;

Рекомендации родителям, **ОЧЕНЬ** переживающим за своего ребенка, считающим, что он сам еще не может правильно принять решение:

- не делайте за своего ребенка то, что **он в состоянии сделать САМ - выполнить задание, решить СВОЮ трудность и т.д.** Будьте рядом с ребенком, **обсуждайте возможные варианты решения, но реализовывать эти решение подросток должен сам;**
- позволяйте своему ребенку **САМОСТОЯТЕЛЬНО** принимать решения те или иные решения – выбор курса, кружка, друзей и т.д., **НО** обсуждайте с ним основания этих решений, интересуйтесь тем, как идут дела и т.д.;
- создавайте условия, в которых ваш ребенок начинает чувствовать **СВОЮ** ответственность за результативность тех или иных действий. Это становится возможным, если он **САМ** принимает решение в ситуации выбора разных альтернатив, **САМ** реализует это решение. Если не все у ребенка получается – это **НОРМАЛЬНО**. Не стремитесь «подстелить соломку». Важно, чтобы ребенок сам обнаружил и почувствовал вою неуспешность/неумелость в той или иной деятельности/вопросе. Обсуждайте с ребенком, что можно изменить для улучшения своей деятельности, своих результатов. При этом делайте акцент на том, что зависит не от вас, а от **РЕБЕНКА, ЕГО** действий;
- помогите подростку приблизиться к интересам компании, в которой ему хочется быть. Если ребята занимаются фотографией, музыкой, спортом, другими увлечениями, запишите ребенка на соответствующие занятия. Не препятствуйте, если подросток стремится выглядеть как друзья и для этого придется сделать замысловатую прическу и купить новые джинсы. Но интересуйтесь тем, как идут дела и т.д.

Седьмой вариант самооценки

<i>Что означает</i>	<i>Возможные причины</i>
Сильная осознаваемая неуверенность в себе. Как правило, такие учащиеся	наблюдается значительный разрыв между собственными притязаниями и оценкой своих возможностей, что

испытывают ярко выраженную тревожность и имеют низкий коэффициент социально-психологической адаптированности	осознается и переживается школьником, причины которого могут в следующем: - к подростку неправильно относятся близкие взрослые, предъявляя к нему слишком высокие требования (зачастую не соотнесенные с желаниями и возможностями ребенка), акцентируя внимание на неуспешности и слабых сторонах ребенка; - подросток не получает того эмоционального питания и поддержки, которые он должен получить от своих родителей; - подросток неуспешен в школе; - подросток непопулярен в среде сверстников.
--	---

Возможные варианты изменения ситуации

Рекомендации педагогам:

- перестаньте «видеть» неудачи и промахи подростка, постарайтесь увидеть его «сильные» стороны, создайте ситуации, в которых подросток почувствует себя успешным;
- поддерживайте веру подростка в успех деятельности, замечайте самые малые его продвижения и достижения и говорите ему об этом: «Сегодня ошибок меньше, сделал быстрее и т.д.»;
- включайте подростка во взаимодействие с теми одноклассниками, которые смогут принять данного подростка, поддерживать;
- публично подчеркивайте успешность подростка, как перед одноклассниками, так и перед другими педагогами;
- помогайте подростку «разобрать» ситуацию неудачи на составляющие, понять, что помешало добиться успеха, что можно изменить.

Рекомендации родителям:

- перестаньте сравнивать своего ребенка с другими детьми или с собой, со своими ожиданиями от него. Ваш ребенок – не хуже и не лучше кого-то – он ДРУГОЙ! Признайте, примите это;
- не акцентируйте внимание на его неудачах и промахах, наоборот, попробуйте увидеть его сильные стороны, его достижения;
- покажите, что любите своего ребенка не за достижения, а просто за то, что он есть;
- поймите, чем живет ваш ребенок – чем интересуется, увлекается, занимается и т.д.;
- поддерживайте своего ребенка в его начинаниях, помогайте сохранять веру в успех;
- в ситуациях неудачи разбирайте причины ситуации, помогайте ребенку найти способы изменить это;
- покажите ребенку, что радуетесь, гордитесь его достижениям, успеху пусть даже в тех деятельности, которые вы считаете баловством, не серьезным увлечением и т.д.;
- стимулируйте своего ребенка к занятиям спортом (танцами) - важно, чтобы ваш ребенок любил себя, свое тело (это же подростки!);
- старайтесь вместе с ребенком проводить свободное время, причем, когда и вам это интересно, и ему. Примерами могут спланированные вместе с ребенком и реализованные походы, поездки. Очень хорошо, если возникающие при этом трудности, вы будете преодолевать ВМЕСТЕ;
- если ребенок слабо учится, найдите такое дело, в котором он будет успешен.

<i>Что означает</i>	<i>Возможные причины</i>
Школьник как бы полностью смирился со своей «малоценностью».	Затяжная ситуация, спровоцированная, например: - негативным внушением родителей, близких взрослых с детства: «Ты ни на что не годен», которое впоследствии поддерживается внешней оценкой социума (например, педагогами, одноклассниками); - негативным самовнушением «Я ни на что не годен», что может являться воплощением неоправдавшихся надежд родителей

Возможные варианты изменения ситуации

Рекомендации педагогам:

- перестаньте «видеть» неудачи и промахи подростка, постарайтесь увидеть «сильные» его стороны;
- создавайте ситуации, в которых подросток почувствует себя успешным;
- поддерживайте веру подростка в успех деятельности, замечайте самые малые его продвижения и достижения и говорите ему об этом: «Сегодня ошибок меньше, сделал быстрее и т.д.»;
- публично подчеркивайте успешность подростка, как перед одноклассниками, так и перед другими педагогами;
- в работе с родителями акцентируйте внимание на достижения подростка;
- помогите подростку найти СВОЙ интерес – чем ЕМУ интересно заниматься;
- включайте подростка во взаимодействие с теми одноклассниками, которые смогут принять данного подростка, поддерживать;

Рекомендации родителям:

- перестаньте сравнивать своего ребенка с другими детьми или с собой, со своими ожиданиями от него. Ваш ребенок – не хуже и не лучше кого-то – он другой! Признайте, примите это;
- не акцентируйте внимание на его неудачах и промахах, наоборот, попробуйте увидеть сильные его стороны, его достижения;
- покажите, что любите своего ребенка не за достижения, а просто за то, что он есть;
- поймите, чем живет ваш ребенок – чем интересуется, увлекается, занимается и т.д.;
- поддерживайте своего ребенка в его начинаниях, помогайте сохранять веру в успех;
- в ситуациях неудачи разбирайте причины ситуации, помогайте ребенку найти способы изменить это;
- покажите ребенку, что радуетесь, гордитесь его достижениям, успеху пусть даже в тех деятельности, которые вы считаете баловством, не серьезным увлечением и т.д.;
- стимулируйте своего ребенка к занятиям спортом (танцами) - важно, чтобы ваш ребенок полюбил себя, свое тело (это же подростки!).

Девятый вариант самооценки

<i>Что означает</i>	<i>Возможные причины</i>
Подросток переживает сильную неуверенность в себе и испытывает сильное желание разобраться в себе, в своих возможностях	Такие случаи обычно свидетельствуют о перестройке самооценки, которая «запущена» сильным эмоциональным переживанием
<i>Возможные варианты изменения ситуации</i>	

Рекомендации педагогам:

- будьте готовы к тому, чтобы внимательно выслушать подростка, поддержать его (а это время), так как учащиеся с подобной самооценкой, как правило, очень охотно идут на общение со взрослым, ищут в нем поддержку, опору;
- создавайте ситуации обсуждения разных жизненных ситуаций, в которых подросток может аргументированно высказать свое мнение, сравнить свою точку зрения с другой – его сверстников, значимых взрослых и т.д. Такого типа обсуждения способствуют формированию иерархии ценностей, их осознанию, что становятся основанием для ответа на «терзающие» подростка вопросы о себе;
- создавайте ситуации реализации подростком собственных инициатив, выстраивая при этом образовательную рефлексию;
- привлекайте в учебный и воспитательный процесс ситуации из жизни известных людей, литературных героев и т.д., которые соответствуют ситуации переживаний и вопросов подростка, в которых говорится о способах ответа на эти вопросы героев. Описание того как на важные для подростка вопросы отвечали другие люди, может стать основанием для построения собственной стратегии ответа;
- создавайте для подростка ситуации разных проб – деятельности, задач и т.д., реализуя которые подросток начинает понимать про себя – мое/не мое, нравится/не нравится, могу/не могу и т.д. Это станет возможным при выстраивании педагогом образовательной рефлексии;
- создавайте ситуации успеха для подростка, замечая его продвижение, того, пусть даже небольшие, продвижения;
- помогите подростку найти зону успеха - того, что он умеет делать очень хорошо, лучше других.

Рекомендации родителям:

- не отмахивайтесь от ребенка, если он подойдет к вам с вопросами (например, «вырастешь, поймешь», «не дорос еще до таких вопросов» и т.д.), отложите свои дела и выслушайте вопросы и переживания своего ребенка. Он ждет от вас понимания и готовности его выслушать, ответить на его вопросы;
- поощряйте ребенка в его стремлении много чего попробовать (естественно, речь идет не об асоциальных пробах), при этом интересуйтесь как идут дела, что поучается/не получается, что будет дальше, удерживая в фокусе необходимость аргументации ребенком своей позиции, своего ответа;
- поддерживайте своего ребенка в важной для него деятельности – приходите на важные для него мероприятия (защиты, соревнования и т.д.);
- в ситуации неудачи помогите ее проанализировать – что получилось, а что не получилось, почему, чего не хватило (каких умений, знаний, качеств), где и как этому можно научиться, что необходимо изменить и т.д.;
- будьте готовы к тому, что ребенок будет спрашивать о вашем личном опыте в разрешении тех вопросов, которые перед ним стоят.