

Рекомендации педагогам по формированию самооценки учащихся

✚ Ребенок с завышенной самооценкой может считать, что он во всем прав. Он стремится к управлению другими детьми, видя их слабости, но, не видя при этом своих собственных, часто перебивает, относится к другим свысока, всеми силами старается обратить на себя внимание. От ребенка с завышенной самооценкой можно услышать: "Я самый лучший". При завышенной самооценке дети часто агрессивны, принижают достижения других детей.

✚ Если самооценка ученика занижена, скорее всего, он тревожен, неуверен в собственных силах. Такой ученик все время думает, что его обманут, обидят, недооценят, всегда ожидает худшего, выстраивает вокруг себя оборонительную стену недоверия. При выполнении любого дела настроены на неудачу, находят непреодолимые препятствия. Дети с заниженной самооценкой зачастую отказываются от новых видов деятельности из-за страха не справиться, переоценивают достижения других детей и не придают значения собственным успехам.

1. Одна из главных ошибок педагогов – привычка акцентировать внимание на недостатках вместо того, чтобы дать ребенку полную картину его личности. Ведь никто не может быть безупречным во всем. Важно, чтобы ученик осознавал, что у него получается особенно хорошо. Понимание своих сильных сторон научит его ценить себя и опираться на свои лучшие качества. Для этого не только критикуйте, но и хвалите ученика, обсуждайте с ним его способности, показывайте, в чем он особенно хорош.

2. Сосредоточивайтесь на позитивных сторонах и преимуществах учащегося с целью укрепления его самооценки.

3. С уважением относитесь к мнению ученика, ведь Ваш ученик имеет право быть с Вами несогласным, дайте возможность ему высказать свою точку зрения.

4. Относитесь с пониманием к ученикам. Ваш ученик может испытывать злость, обиду, раздражение, как и каждый живой человек. Избегайте лишней раз ругать или стыдить его за его «неудобность», лучше поинтересуйтесь, что его так обидело или разозлило.

5. Собственным примером учите учащихся спокойно относиться к критике, без агрессии, уважать чувства и желания других детей, так как они так же важны, как и его собственные чувства и желания.

6. Развивайте у учеников умение анализировать и аргументировать свое мнение, отстаивая свои интересы. Не бойтесь спрашивать его мнения по важным вопросам, предоставляйте ему свободу выбора – на какое мероприятие пойти в 6-й школьный день, на какой факультатив или секцию записаться, в олимпиаде по какому предмету принять участие. В ситуации подобного выбора самому педагогу важно найти нужные слова, чтобы аргументировать свое желание видеть ребенка в том или ином месте.

7. Не обесценивайте достижения своих учеников, не высмеивайте особенности характера только на том основании, что вы старше и «мудрее».

8. Покажите, что просить о помощи не стыдно. Самостоятельный и уверенный в себе человек – не тот, кто все умеет делать сам (пресловутый «комплекс отличника»), а тот, кто не боится признать свою слабость, свои ошибки и попросить о помощи. Ученик будет доверять и обратиться за помощью к тому учителю, который для него открыт, который не осудит, не упрекнет, не высмеет, а протянет руку помощи.

9. Учите учащихся не бояться отказывать людям, отстаивать свои границы, говорить «нет» вещам и людям, которые ему не нравятся или несут угрозу, проявлять здоровую агрессию, если нужно себя защитить. Это важный навык, который поможет спокойнее реагировать на отказы других. Уважайте отказ своих учеников, если это важно для их самоуважения.

10. Поддерживайте при неудачах, помогайте ученику поверить в себя и свои способности.

11. Помогайте правильно реагировать на ошибки и неудачи, предоставляйте возможность для их исправления.

12. Если хотите указать на ошибки, начните с достоинств и сначала обозначьте плюсы, а уж потом переходите к замечаниям.

13. Хвалите перед всем классом, а ругайте и критикуйте – наедине.

14. Не перехваливайте ученика, но и не забывайте поощрять, когда он этого заслуживает. Помните, что для формирования адекватной самооценки как похвала, так и наказание тоже должны быть адекватными.

15. Анализируйте вместе с учащимся его неудачи, делая правильные выводы. Вы можете рассказать ему что-то на своем примере, так он будет чувствовать атмосферу доверия, поймет, что вы ближе к нему.

16. Не сравнивайте ученика с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера или будет завтра).

17. Оценивайте не личность в целом, а конкретные действия и поступки учащегося.

18. Требования к ученикам должны соответствовать их возрастным возможностям. Иначе ноша окажется непосильной для ребенка, а значит, невыполнимой, что формирует заниженную самооценку.

19. Учитывайте во время подготовки и проведения контрольных и самостоятельных работ индивидуальные психофизические особенности учащихся.

Рекомендации взрослым по формированию самооценки у подростков.

Хотя родительский авторитет теряет свою важность в подростковом возрасте, их влияние на самооценку подростка по-прежнему очень сильно. Их поддержка, одобрение и вера в ребенка способны сотворить настоящее чудо с подростковой самооценкой. То же касается и оценки его учебных успехов со стороны учителей.

1. Не оберегайте подростка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть он выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного.
2. Не перехваливайте подростка (ученика), но и не забывайте поощрить его, когда он этого заслуживает.
3. Помните, что похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.
4. Поощряйте в ребенке (в ученике) инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но также покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его.
5. Не забывайте поощрять и других в присутствии ребенка (ученика). Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок (ваш ученик) может также достичь этого.
6. Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела.
7. Не сравнивайте ребенка (ученика) с другими детьми. Сравните его с самим собой (тем, каким он был вчера и, возможно, будет завтра).
8. Полезно знать, что уровень самооценки не устанавливается раз и навсегда. Он может изменяться. Каждое наше обращение к ребенку (к ученику), каждая оценка его деятельности, отношение к его успехам и неудачам - все это оказывает влияние на отношение его к себе.

