***О развитии самосознaния личности***

***Слайд 1.***

* Добрый день увaжaемые гости, родители!
* Тема нашего собрания звучит так: *«О развитии самосознания детей и подростков»*
* Цель: сформировать у родителей отчетливое представление о способах формирования у подростков адекватной самооценки.
* Желaю всем нам плодотворной работы.
* Давайте сначала попробуем выяснить, что такое самосознание? *(ответы)*

***Слайд 2.***

* [СAМОСОЗНАНИЕ](http://dic.academic.ru/dic.nsf/ushakov/1015398/%D0%A1%D0%90%D0%9C%D0%9E%D0%A1%D0%9E%D0%97%D0%9D%D0%90%D0%9D%D0%98%D0%95) – ясное понимание своей сущности, своих отличительных свойств, своей роли в окружающей среде. ***Толковый словарь Ушакова***
* [СAМОСОЗНАНИЕ](http://dic.academic.ru/dic.nsf/enc3p/262854/%D0%A1%D0%90%D0%9C%D0%9E%D0%A1%D0%9E%D0%97%D0%9D%D0%90%D0%9D%D0%98%D0%95) — осознание и оценка человеком самого себя как личности своего нравственного облика и интересов, ценностей, мотивов поведения.

***Большой Энциклопедический словарь***

* Из чего формируется самосознание человека? (ответы)

**Слайд 3.**

* Что значит «иметь самосознание»? *(ответы)*
* Наличие самосознания говорит о *четком представлении своего места в мире и модели взаимодействия с ним*. **(Слайд 4.)**
* Что может затуманить самосознание подростка? *(ответы)*
* Повлиять на становление самосознания могут…

**Слайд 4.** (работа в группах или парах)

* Почему именно эти критерии и как они влияют на становление самосознания? Поработаем в группах. Попробуйте объяснить свой критерий.

*(2-3 минуты, затем ответы родителей, мое обобщение)*

***Воспитание.****Нас учат вести себя определенным образом, говорят о чем-то, как о плохом, а о чем-то как о хорошем.*

***Массовая информация.****Со всех сторон на нас обрушивается масса визуальной и текстовой информации, говорящей нам как жить и многие из этих воздействий могут изменить наше понимание того, как нам кажется, мы должны себя вести.*

***Друзья.****Мы выбираем друзей, на которых бы хотели походить или мы ищем их одобрения. Таким образом, мы неосознанно принимаем модели поведения, необходимые для получения этого одобрения.*

***Общество.****Мы осознаем формальности, приемлемые в обществе, осваиваем навыки социального поведения и живем по золотому правилу. Но пока мы не обрели самосознание, все эти навыки и модели поведения будут ограничениями, основанными на чувстве стыда (не так себя повел, значит, ненормальный), а не инструментами взаимодействия с людьми.*

* Формирование Я-концепции начинается с раннего детства, проходя ряд этапов: Формирование самосознания происходит в среднем по достижении 14 – 17 лет, а дальше только укрепляется под влиянием социума.
* Что нужно делать, чтобы ребенок обладал развитым самосознанием? (ответы)

**Слайд 5.**

***Наблюдение****. То есть вам необходимо взглянуть на прошлые проблемы, возникшие в процессе коммуникации с людьми и быть честным с самим собой. Иногда сама мысль о том, что мы неправы претит, и мы не позволяем сознанию рефлексировать над поступками, приведшими к усугублению или созданию конфликтной ситуации.*

*- за собой,*

*Анализ поступков героев*

*Почему он так поступил?*

* Индивидуальный образ своего «я» складывается из трех составляющих… Как вы думаете, каких? (ответы)

**Слайд 6.**

* представление о самом себе (Формирование индивидуальности)

*Личность формируется под влиянием тех событий и переживаний, которые она испытывает. Мы вольно или невольно всегда узнаем новое, прикладываем определенные усилия для реализации своих планов и мечтаний. Самосознанию принадлежит главная роль. Индивидуальность никому не обходится дешево, ее нужно отстаивать перед коллегами и даже близкими людьми.*

* социальные ожидания (формирование  самозащиты)

*Выстраивать свое поведение таким образом, чтобы как можно меньше испытывать на себе негативное влияние. Не секрет, что в социуме не любят тех, кто хоть как – то выделяется из толпы, демонстрирует неординарные способности или имеет другой, отличительный взгляд на давно известные вещи. Функции самосознания были бы неполными без этого важного элемента. Внутреннее чувство покоя и защищенности способствует личностному созреванию, формированию представления об индивидуальных возможностях. Некоторые люди вправе гордиться своим самосознанием.*

* мнение окружающих о себе (саморегуляция поведения).

*Попадая в общество, ребенок учится управлять своим поведением, распознавать, что хорошо, а что плохо, как можно себя вести, а как не следует.*

* Самосознание все время находится в развитии, претерпевает значительные изменения. Если человек останавливается в чем – либо, он начинает двигаться назад.
* **Т.е. личность со сформированным самосознанием…**
* **А в чем нарушение самосознания?**

**Нарушение самосознания** может проявляться в том, что личность не хочет брать на себя ответственность за свои поступки, не спешит взрослеть и совершать конструктивные действия. Когда человек не готов просчитывать свои шаги и не смотрит в будущее, его нельзя назвать зрелым.

**Сaмосознание и самооценка**

Вряд ли можно умалять значение самосознания для личности. От того, какой уровень притязаний человек себе ставит, зависит очень многое в его жизни: степень известности, уверенность в себе, стремление к новым достижениям.

**Слайд 7.**

**Результаты тестa**

Почему у одних людей самооценка занижена, а у других занижена?

Все дело в том, какой опыт личность получала в детстве, подростковом возрасте от окружения, каким видел ее социум. Если маленького ребенка часто заставлять чувствовать себя виноватым, то во взрослом возрасте этот человек продемонстрирует крайнюю зажатость, у него останется страх что- то сделать неправильно, разочаровать своих близких. В том случае, когда малышу все позволяется и любые прихоти тотчас исполняются, в жизнь выходит личность, не научившаяся принимать отказы. Такой человек еще долгое время остается инфантильным и зависимым от других.

Самосознание личности прямым образом влияет на ее самооценку. Чем более уверен в себе человек, тем меньше он позволит обществу вторгаться в его частную жизнь, руководить ею. Тот, кто берет на себя ответственность за исполнение индивидуальных стремлений, почти всегда обладает адекватной самооценкой, то есть знает свои сильные и слабые стороны, но не занимается самобичеванием при каждом удобном случае.

**Слайд 8.**

**Нужно формировать адекватную самооценку**.

* Сейчас 9 класс. Какую сферу самосознания развить?

**Слайд 9.**

* **Профессиональное самосознание**

Представляет собой совокупность представлений личности о самой себе как специалисте в той или иной области. Крайне важно, чтобы у человека в ходе развития профессиональных навыков формировался положительный образ самого себя. Чувство удовлетворения способствует дальнейшему развитию. Этот образ единый и складывается из нескольких важных компонентов.

* **Создание эталона конкретной профессии.** Помогает личности выстроить вполне четкое видение, каким должен быть профессионал определенной категории. Включает в себя нормы, правила, модели поведения. Скажем, обучаясь на врача, будущий специалист уже знает, что нужно быть внимательным к людям, стремится сделать все возможное для восстановления их здорового состояния. Часто молодой студент идеализирует свою профессию, ему трудно представить себе все ее аспекты, пока недостаточно практики. Но именно данный образ помогает ему продвигаться в обучении, узнавать новые значимые детали. Все это достигается в результате самосознания.
* **Осознание важных качеств.** Имеется в виду, что посредством самосознания личности каждый, кто готовится стать профессионалом в своем деле, в определенный момент начинает примерять на себя роль специалиста. Человек осознает  наличие или отсутствие у себя конкретных качеств характера, необходимых в профессии, сравнивает себя с другими коллегами. В результате этих сравнений происходит формирование профессиональной самооценки. При участии самосознания личность подготавливает себя к деятельности, стремится к профессиональному росту и совершенствованию.

**Слайд 10. Подытожить**

**Развитие самосознания**

Самосознание личности начинается с открытия собственной индивидуальности. Этот процесс, разумеется, не происходит в один момент, а может длиться годами, пока не сформируется ясность самосознания. Так человек постепенно приходит к пониманию своей уникальности, неповторимости. С помощью самосознания увеличивается способность корректировать собственные поступки и действия. Ниже представленные элементы способствуют  развитию самосознания личности.

* **Открытие своей индивидуальности.** Начинается с выделения себя из окружающего мира. Ребенок, который растет в конкретной семье, со временем начинает понимать, что другие люди не всегда чувствуют  то же самое, что и он сам. Осознание своей неповторимости ускоряется в случае обладания четкими талантами, которые можно продемонстрировать родственникам. В этом случае у малыша будет формироваться положительное мнение о самом себе.  Самосознание личности начинается примерно с трех лет и полностью завершается к моменту вхождения в юношеский возраст.
* **Формирование отношения к себе.** Во многом зависит от родителей ребенка. Развитие самосознания пойдет успешнее, если семья будет стараться замечать даже мелкие достижения своего чада, отмечать его успехи. Дети очень внимательны и чувствительны к любым оценкам на свой счет. Они неравнодушно относятся к критике и некоторые из них воспринимают ее слишком серьезно. Самосознание личности пробуждается постепенно, под влиянием стимулирующих факторов.
* **Пересмотр событий прошлого.** С помощью самосознания можно иногда изменить свое отношение к тем событиям, которые невозможно исправить. О самосознании можно говорить, как чудодейственном лекарстве, которое способно врачевать израненные души. Что нужно сделать? Перестать концентрироваться на переживаниях, доставляющих сильное беспокойство и душевную боль. Собственным самосознанием можно преодолеть все.
* **Любовь к себе.** Себя нужно ценить потому, что никто другой не сделает вас счастливым. Только вы сами можете принять такое решение. И во многом в этом вам посодействует влияние самосознания. Научитесь ценить себя просто за то, что вы есть, а не за какие – то большие достижения.
* Развитие самосознания не может происходить безболезненно. Этот  процесс всегда требует от вас целиком погрузиться в глубокие переживания. Говоря о развитии самосознания, стоит отметить, что ведущая роль здесь принадлежит самому человеку.

Таким образом, самосознание личности в психологии – тема, приковывающая к себе много внимания. Самосознание личности тесно связано с психологией развития и возрастной психологией, затрагивает отдельные отрасли педагогики и социологии. Многие ученые современности обращаются к самосознанию, чтобы сделать научные открытия.

**Слайд 11. (видео Юлей)**

**Есть ли у вас трудности c самосознанием?**

Верный способ определить факт наличия проблемы с самосознанием — попытка обвинить в своих проблемах любого, но не себя, то есть желание переложить ответственность за свою жизнь на кого-то другого.

**Например:**

Вы не осознаете, что позволяли себе говорить грубые вещи своей дочери. Она просит остановиться, вы раздражаетесь на нее из-за обвинений в ваш адрес. Не понимая причин своих поступков, вы доводите свою агрессию до пика и произносите слова, которые уже не забрать назад. Ей очень обидно, она говорит, что пока это не прекратится, она не захочет вас больше видеть. В свою очередь, вы обвиняете ее и сообщаете окружающим, что понятия не имеете, как она до такого докатилась и  что внезапно она ни с того ни с сего начала угрожать, что больше никогда не захочет вас видеть.

**-***Как выйти из этой ситуации? (ответы)*

**Слайд 12.**

**О механизмах самосознания**

В.В. Столин выделяет следующие феномены:

**1) Принятие точки зрения другого на себя**

а) ценности, параметры оценок и самооценок, нормы;

б) образ самого себя, как носителя определенных способностей и качеств;

в) отношение к себе родителей, выражаемое ими посредством эмоциональных и когнитивных оценок;

г) самооценки самих родителей, т. е. самооценка родителей или одного из них может стать самооценкой ребенка;

д) способ регуляции поведения ребенка родителями и другими взрослыми, который становится способом саморегуляции.

**2) Прямое и косвенное внушение**

Что хотят внушить и внушают своему ребенку? Перечислить все невозможно, назовем лишь некоторые феномены: волевые и моральные качества, дисциплинированность, интересы, способности, оценочные характеристики.

**3) Трансляция ребенку оценок, стандартов**

Родители всегда вооружают ребенка его конкретными оценками, целями поведения, идеалами, планами, стандартами исполнения действий. Если все они реалистичны, т. е. соответствуют возможностям ребенка, то достигая их, он повышает и свою самооценку, свой уровень притязаний, формируя тем самым позитивную «Я»-концепцию.

**4) Система контроля**

Речь идет о влиянии системы контроля за ребенком, стиля воспитания, избираемого родителями на Я-концепцию ребенка. Например, жесткая дисциплина преобразуется в самодисциплину, а контроль с помощью страха превращается в самоконтроль с постоянной оглядкой на мнение других и избегания негативных о себе мнений.

**5) Система комплиментарных отношений**

Речь идет о характере отношений, складывающихся между родителями и ребенком, которые могут предполагать:

а) равенство общающихся;

б) функциональное неравенство, т.е. неравенство, задаваемое ситуацией, статусами общающихся и т.п.;

в) систему трансакций – действий субъекта, направленных на другого с целью вызвать в нем желаемое субъектом состояние и поведение (трансакции по Э.

Берну).

**6) Вовлечение ребенка в реальные взаимоотношения в семье**

Речь идет **о роли семьи** в формировании самосознания ребенка.

самосознание ребенка будет определяться и психологической структурой семьи, т.е. той невидимой сетью требований, предъявляемых членами семьи друг к другу. В этой связи семьи различаются на:

Семьи с жесткими непроходимыми границами между ее членами. Родители чаще всего ничего не знают о жизни ребенка, и только какое-то драматическое событие может активизировать внутрисемейное общение. Такая структура – барьер на пути формирования у ребенка семейной идентичности. Ребенок как бы исключается из семьи;

Семьи с диффузными, спутанными границами (псевдовзаимные семьи). В них поощряется выражение только теплых, любящих, поддерживающих чувств, а враждебность, гнев, раздражение и другие негативные чувства всячески скрываются и подавляются. Такая недифференцированная семейная структура создает у ребенка трудности в самоопределении, в формировании его «Я», развитии самостоятельности.

Представленные характеристики разные семей – это два противоположных полюса, а в центре между ними нормально функционирующая семья.

**7) Идентификация**

Одним из механизмов формирования самосознания является идентификация, т.е. уподобление Себя в форме переживаний и действий другому лицу.

Решение.

Мы разобрали…

Что нужно, чтобы полноценной личностью воспитать ребенка?

Осознать

Наблюдать…

Чучело.

1. <http://bezobid.org/kak-razvit-i-ukrepit-samosoznanie/>
2. <https://pro-psixology.ru/razvitie-soznaniya/59-samosoznanie-razvitie-samosoznaniya-i-ya-koncepcii.html>
3. <http://kuknar.ru/?p=615>
4. <http://www.psyhodic.ru/arc.php?page=553>