

Тема. Упевненість і самоувпевненість.

4 клас



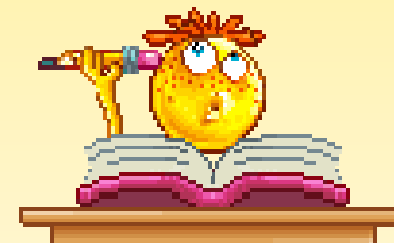


Самооцінка – оцінка себе,
своєї діяльності, свого становища
у певній групі та у колі друзів.





Самооцінка



Занижена

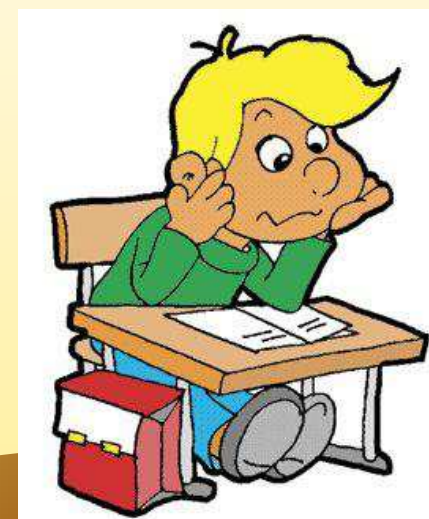
Завищена

Реалістична





Занижена самооцінка - це коли людина вважає себе гіршою за інших, применшує свої здібності й досягнення.





Завищена самооцінка – це коли
людина звеличує себе,
перебільшує власні досягнення.





Реалістична самооцінка – це
коли людина ставиться до себе
так само добре , як і до інших.





Гра “Визнач самооцінку !”

➤ Я написав контрольну непогано, але можна було б і краще!

(Реалістична.)

➤ Я написав контрольну краще за всіх, мені неправильно поставили оцінку!

(Завищена.)

➤ Такого поганого малюнка, як у мене, ні в кого в класі нема!

(Занижена.)





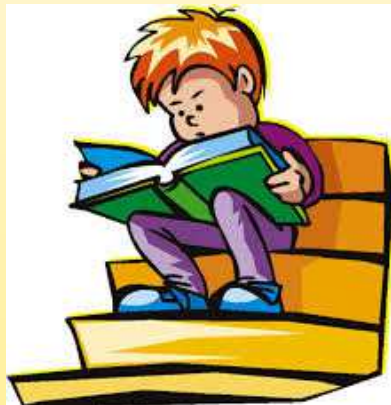
Самооцінка характеру

Лінивий	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Працьовитий
Хитрий	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Щирий
Черствий	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Чуйний
Жадібний	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Щедрий
Зрадливий	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Чесний
Боязкий	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Сміливий





Поведінка людини – це вид людської діяльності, спрямований на задоволення різних потреб і досягнення певних інтересів.





Види поведінки



Активна

Упевнена

Пасивна

Агресивна





При **активній** поведінці діти надмірно рухливі, спритні, ініціативні.





При **упевненій** поведінці діти
товариські, відкриті,
наполегливі, схильні до
лідерства.





При **агресивній** поведінці діти
запальні, імпульсивні,
провокують конфліктні ситуації.





При **пасивній** поведінці діти
безініціативні, нерішучі,
недіяльні, мляві.





Визначте поведінку казкових героїв!





Короткий словник



Упевненість – це одна з найважливіших якостей людини, вміння і здатність керувати собою та оцінювати себе реально.





Короткий словник

Самовпевненість – це перебільшена впевненість у власних силах і самому собі, переконаність у своїй досконалості.





Психологічний тест на впевненість і об'єктивність

- Виберіть у кожному з чотирьох квадратів по одному символу, який найбільше сподобався з першого погляду

рух		спокій	
а - 4, б - 6, в - 2, г - 10		а - 10, б - 8, в - 2, г - 4	
впевненість		невпевненість	
а - 10, б - 8, в - 2, г - 2		а - 10, б - 8, в - 6, г - 6	





Ключ до тесту

- **Від 8 до 13 очок.** Зараз ваш стиль поведінки залежить в першу чергу від думки тих, що оточують. Ви легко падаєте духом і насилу можете змусити себе займатися тим, що вам не до душі. Не можна сказати, що ви - господар своїх рішень. При цьому ви дуже чутливі, йдете на поводиті у своїх емоцій.
- **Від 14 до 20 очок.** Ви прагнете знайти свій шлях, хоча поки пливете все більше за течією. Здатні критично оцінювати свої вчинки. Отже ті, що оточують не можуть на вас вплинути, якщо у них немає достатньо переконливих для вас аргументів.
- **Від 21 до 27 очок.** В глибині душі ви вважаєте себе завжди правим і непогрішимим. Та все ж, прагнете знайти золоту середину між власними поглядами і тими ситуаціями, які ставить перед вами життя.





Ключ до тесту

- **Від 28 до 34 очок.** Вам дуже нелегко відмовлятися від своїх поглядів і принципів. Чим більше хтось прагне вплинути на вас, тим сильніше опір. Але, швидше за все, за вашою зовнішньою завзятістю ховається не стільки упевненість в собі, скільки боязнь потрапити в неприємну ситуацію і "викликати вогонь на себе".
- **Від 35 до 40 очок.** Якщо ви щось вбили собі в голову, переконати неможливо. Ви жорстка людина, яка безоглядно йде до поставлених цілей. Але той, хто добре вас знає і передбачає вашу реакцію, може уміло і непомітно направляти ваші дії. Отже трохи менше упертості, а більше кмітливості і гнучкості !

