

Информация по результатам проведенного обследования

Дата проведения: 02.10.2024

Класс: 9-е классы (107 человек)

Используемая методика: экспресс-диагностика уровня самооценки Фетискина Н.П., шкала безнадежности Бека.

Цель проведения: изучение эмоционального состояния учащихся.

Результаты показали:

1. Изучение самооценки.

Самооценка – это отношение к самому себе, то есть, как человек себя видит, что о себе думает и кем себя считает.

Заниженная самооценка. Наличие у человека **низкого** мнения о себе. Нередко заниженная самооценка формируется еще в детстве под влиянием и оценкой родителей. Впоследствии она закрепляется окончательно под воздействием окружающего социума.

Нормативная (адекватная) самооценка. Нормальный уровень понимания собственного потенциала. Обычно присущ уверенному в себе человеку, который успешно ставит цели и легко достигает их в карьере, бизнесе, творчестве и личной жизни. При этом он знает себе цену, осознает свои положительные и отрицательные стороны, достоинства и недостатки. Также адекватная самооценка личности позволяет развивать инициативность, предприимчивость, способности к адаптации в различных условиях социума.

Завышенная самооценка. Высокий уровень самооценки. Наблюдается у большинства людей, достигших значительных успехов в какой-либо области. Однако также распространены случаи наличия завышенной самооценки, когда человек придерживается необоснованно высокого мнения о себе, своих талантах, способностях и возможностях. Хотя, на самом деле его реальные успехи значительно скромнее. Также завышенная самооценка может быть результатом длительной неуверенности в себе и выступать как компенсация.

По результатам диагностики выявлено три уровня самооценки:

	Заниженная	Завышенная	Адекватная
9А (29 уч.)	6 (21%)	7 (24%)	16 (55%)
9Б (19 уч.)	1 (5%)	7 (24%)	11 (71%)
9В (29 уч.)	3 (10%)	7 (24%)	19 (66%)
9Г (29 уч.)	2 (7%)	6 (21%)	21 (72%)

2. Изучение безнадежности.

Безнадежность рассматривается как система негативных ожиданий относительно ближайшего и отдаленного будущего. Индивиды с высокими показателями безнадежности верят:

- что все в их жизни будет идти не так;
- что они никогда ни в чем не преуспеют;
- что они не достигнут своих целей;

– что их худшие проблемы никогда не будут разрешены.

Такое описание безнадежности соответствует негативному образу себя, негативному образу своего функционирования в настоящем и негативный образ будущего. Особую ценность данная методика представляет в качестве *косвенного индикатора суицидального риска у лиц, страдающих депрессией.*

По результатам диагностики выявлено:

	Безнадежность отсутствует	Легкая безнадежность	Умеренная безнадежность	Тяжелая безнадежность
9А (29 уч.)	19 (83%)	3 (10%)	-	-
9Б (29 уч.)	18 (95%)	1 (5%)	-	-
9В (29 уч.)	19 (83%)	2 (7%)	-	-
9Г (29 уч.)	19 (83%)	1 (3%)	-	-

Для развития адекватной самооценки у ребенка

- Не оберегайте ребенка от повседневных дел, не стремитесь решить за него все проблемы, но и не перегружайте его. Пусть ребенок поможет, получит удовольствие от проделанной работы и заслуженную похвалу. Ставьте перед ребенком посильные задачи, чтобы он смог почувствовать себя умелым и полезным.
- Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять, когда он этого заслуживает.
- Помните, что для формирования адекватной самооценки как похвала, так и наказание тоже должны быть адекватными.
- Поощряйте в ребенке инициативу.
- Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Сравните: "У мамы не получился пирог — ну, ничего, в следующий раз положим больше муки". Или: "Ужас! Пирог не получился! Никогда больше не буду печь!".
- Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравните его с самим собой (тем, каким он был вчера или будет завтра).
- Ругайте за конкретные поступки, а не в целом.
- Помните, что отрицательная оценка — враг интереса и творчества.
- Анализируйте вместе с ребенком его неудачи, делая правильные выводы. Вы можете рассказать ему что-то на своем примере, так ребенок будет чувствовать атмосферу доверия, поймет, что вы ближе к нему.
- Старайтесь принимать вашего ребенка таким, какой он есть.