МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ

ГБУЗ « ОРЕНБУРГСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»

ЛЕКЦИЯ

«**НИЗКАЯ САМООЦЕНКА И ЕЕ ВЛИЯНИЕ НА УСПЕВАЕМОСТЬ**».

ПОДГОТОВИЛА

ПСИХОЛОГ ЖУКОВА Е.К.

Г. Оренбург

**Тема:** Низкая самооценка и ее влияние на успеваемость.

**Контингент слушателей:** студенты и ученики.

**Продолжительность:** 1 час.

**Место и время проведения:** актовый зал УЗ, учебная аудитория, ЦМП.

**Цель проведения:** ознакомление с понятиями и причинами низкой самооценки. Способы и методы коррекции самооценки.

**Задачи:**

Сформировать доверительную атмосферу общения в аудитории путем представления ведущего. Темы и причин, по которым выбрана эта тема.

1. Познакомить аудиторию с понятиями «самооценка» и «низкая самооценка».
2. Раскрыть влияние низкой самооценки на качество жизненного пути человека в целом и усвоение учебного материала.
3. Дать практические рекомендации по коррекции самооценки.
4. В заключение предложить ответить на вопросы по вышеозначенной теме лекции и убедиться в усвоении полученной информации.

**Тезисы:**

- «Самооценка» и «низкая самооценка». Общие свойства и дифференциация понятий.

- Роль самооценки в жизни человека. Влияние низкого самовосприятия на качество жизненного пути человека в целом.

- Раскрыть способы и методы коррекции самооценки личности.

- Дать основные параметры коммуникативных навыков и практические рекомендации по исправлению ситуативных моментов.

**Использованная литература:**

1. Краткий психологический словарь под ред. А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского, Рост.-на-Дону, «Феникс», 1998г;
2. Алан Пиз «Язык жестов», Минск, «Парадокс», 1998г;
3. Ричард Харрис»Психология массовых коммуникаций», СПб «прайм –ЕВРОЗНАК», 2001Г;
4. Кэррол Э. Изард «Психология эмоций», СПб «Питер», 2000г;
5. Александр Лоуэн «Психология тела», М-ва «НОН», 2010г.