

## **Уверен ли ты в себе? Разговор с подростками**

С 23 по 29 апреля 2019 года в ГБОУ СОШ № 1 «ОЦ» с. Борское педагог-психолог Семёнова Юлия провела в параллели 7 классов групповую консультацию на тему «Что такое уверенность?». Целью данной встречи стало формулирование представлений подростков о различиях между уверенным, неуверенным и самоуверенным поведением, а также создание условий для оценки подростками собственного уровня уверенности в себе.

Личная активность и заинтересованность подростков позволили им не только описать особенности каждого из названных выше видов поведения, но и понять его причины.

В ходе встречи школьники вместе с психологом составили список типичных ситуаций, в которых человек может чувствовать себя неуверенно, и определили, какие могут быть последствия неуверенности в себе.

Проведенные консультации способствовали самонаблюдению, самоанализу подростков, а также их саморазвитию.