



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ  
И ИНТЕРЕСОВ ДЕТЕЙ



МЕДИАЦИЯ

# Как помочь ребенку стать уверенней в общении

**Козлов Анатолий Андреевич**

педагог-психолог, медиатор, сотрудник отдела медиации  
ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»



## Мониторинг, СУВУ, метод. рекомендации

аналитик II категории отдела медиации  
ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»

### Просвещение

лектор Российского общества «Знание», «Федеральной лектория»  
Уполномоченного по правам ребенка при Президенте РФ

### Образование

психолог, педагог-психолог, медиатор,  
специалист организации работы с молодежью

### Обучение

тренер по коммуникации, публичным выступлениям, автор  
ролевых игры и социально-психологических тренингов

### Общественная деятельность

член ассоциации профессиональных  
медиаторов «Единство»

### Практика

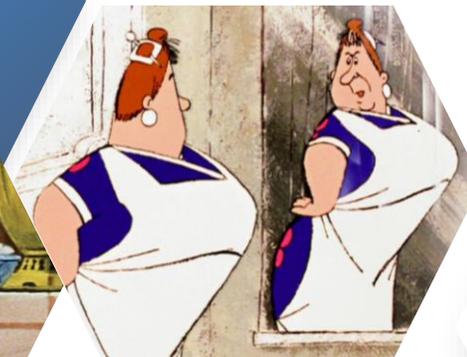
оператор Горячей линии по вопросам урегулирования конфликтов  
в школе, медиации и примирения в образовательных организациях

# Что хотите взять?



# Уверенность Самооценка

Из чего состоит?





# Уверенность Самооценка

физические данные:  
рост, внешность, одежда

социальные роли  
и их проявление

поведение:  
общение, речь, эмоции

физические навыки:  
сила, работоспособность

# Неуверенность



- неадекватная самооценка
- пассивность в поведении
- уход от ответственности
- сокрытие беспокойства и неуверенности
- сложность с эмоциональным интеллектом
- зависимое поведение от окружающих
- неспособность принять решение
- сложности в критических ситуациях
- неспособность чувствовать границы в общении (сложно что-то просить, излагать свои требования)



**Как мы можем **помочь**  
стать **уверенней**  
в общении?**

# Личный опыт

Позитивный (победы, признание)  
Негативный (неудачи, порицание)

- создание условий для проявления себя (дискуссии, публичное выступление, секции)
- общение в семье, школе, компании
- поддержка в обоих случаях
- реалистичные требования и ожидания
- конструктивное отношение к неудачам и критике



# Кругозор и знания

Развитие общего культурного уровня и формирование фундаментальных знаний в интересующих областях

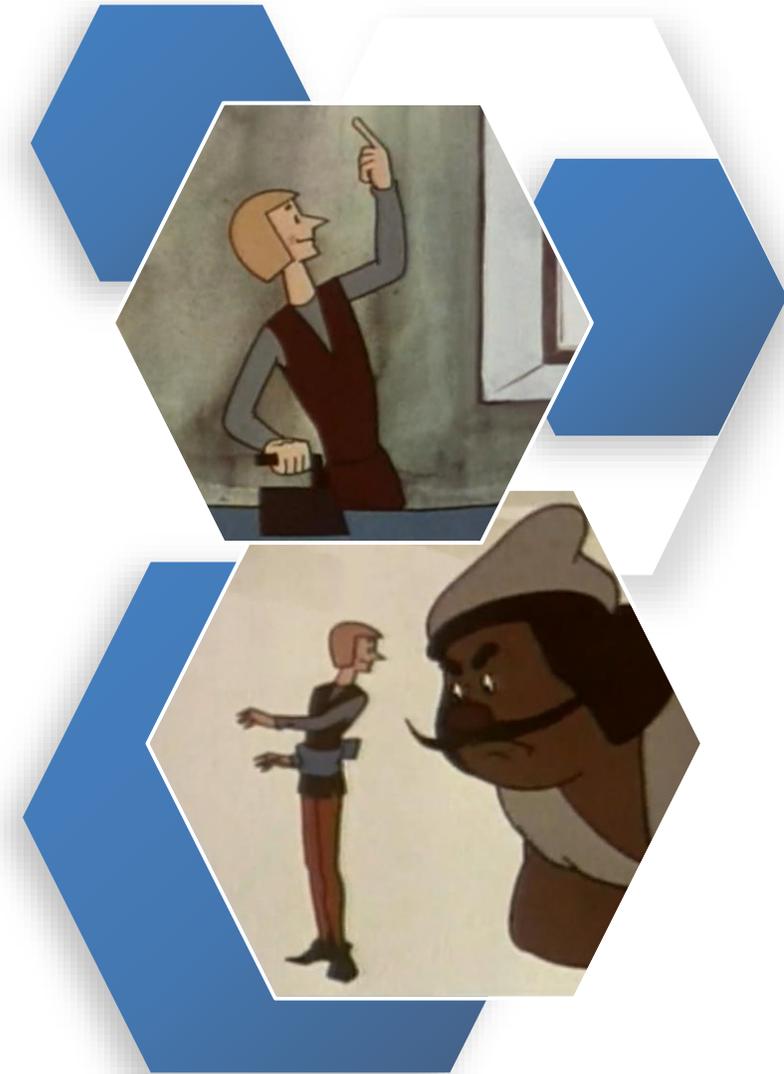
- поощрение любознательности
- совместное изучение
- посещение профильных секций и мероприятий



# Развитие успешных моделей поведения

**Импровизация – это использование знакомых и проверенных средств общения**

- понятные и четкие ценностные ориентиры
- постоянная практика в разных условиях
- осмысленное изучение фильмов и классической литературы
- социальное наблюдение
- взаимоотношения в семье



Мультфильм Храбрый портняжка 1964

# Реакция окружения

## Одобрение или критика

Отсутствие положительного подкрепления со стороны взрослых, толкает ребенка на поиск окружения, где он будет одобряем и признан

- адекватная и конструктивная реакция со стороны значимых лиц
- постоянная поддержка и поощрение
- конструктивная критика, на уровне понимания
- развитие критического отношения к стороннему мнению



# Самостоятельность и независимость

Уверенность в своих силах. Способность самостоятельно решать возникающие задачи. Способность постоять за себя.

- делегирование подростку его ответственности за свою жизнь
- поддержка (с согласия ребенка)
- уровень задач по силам
- теория малых дел



# Уверенность в общении



Личный  
опыт



Кругозор  
и знания



Модели  
поведения



Реакция  
окружения



Самостоятельность  
независимость

# Чего ты такой неуверенный?

- неправильное проживание негативного опыта
- неаргументированная критика и обесценивание
- отсутствие поддержки
- сравнение (сын маминой подруги)
- завышенные ожидания, требования и непосильные задачи





# Литература

- Прихожан А.М. Психология неудачника: Тренинг уверенности в себе
- Захарова А.В. Психология формирования самооценки
- Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание
- Бороздина Л.В. Самооценка в разных возрастных группах: от подростков до престарелых
- Якоби М. Стыд и истоки самоуважения
- Сафин В.Ф. Устойчивость самооценки и механизм ее сохранения
- Спиркин А.Г. Сознание и самосознание
- Савонько Е.И. Возрастные особенности соотношения ориентации на самооценку и на оценку другими людьми // Изучение мотивации поведения детей и подростков

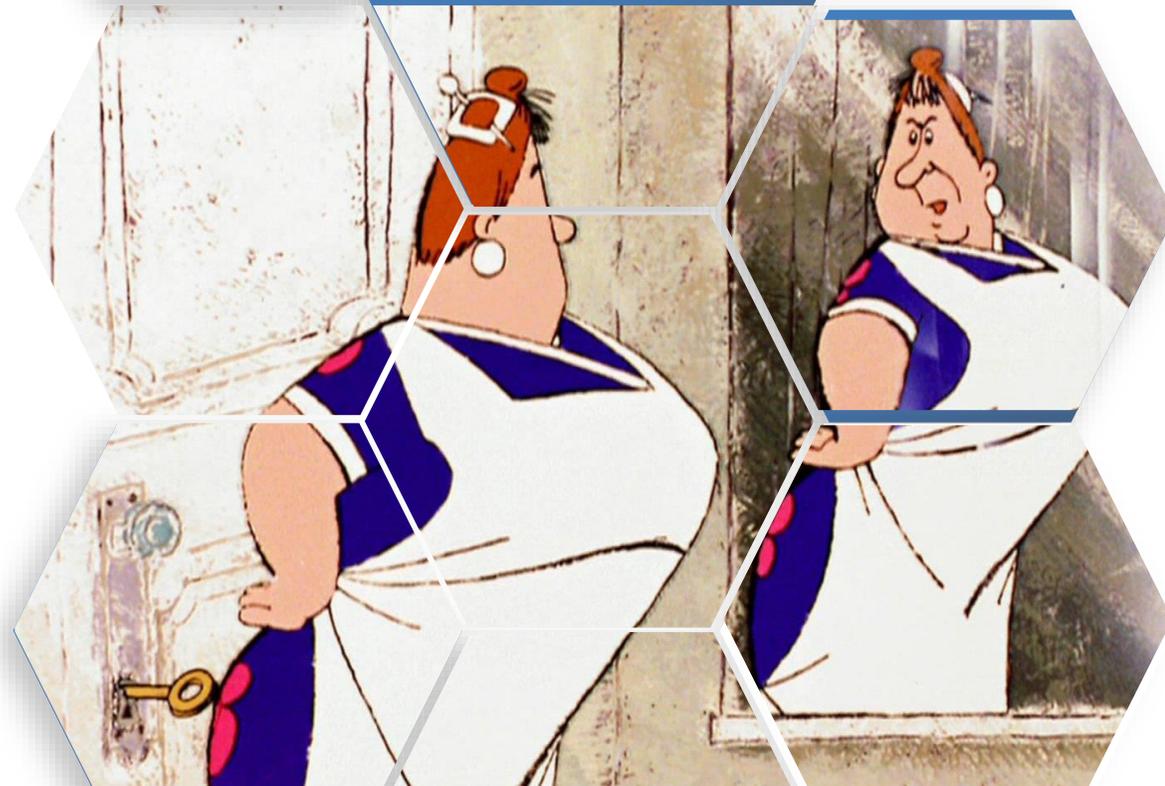
# Статьи по теме



<https://cloud.mail.ru/public/ZLKY/Pq23XUeqi>

# Уверены?

Вопросы?





ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ  
И ИНТЕРЕСОВ ДЕТЕЙ



МЕДИАЦИЯ



<https://fcprc.ru/>

Центр

 [fcprc.ru](https://fcprc.ru)

 [mediacia@fcprc.ru](mailto:mediacia@fcprc.ru)

 + 7 (499) 444-08-06, доб. 100 11



<https://fcprc.ru/mediacia>

Отдел

# Контакты

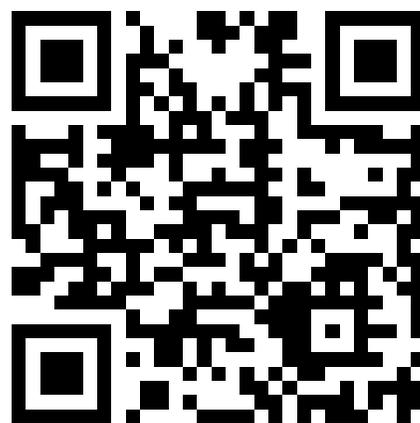
Козлов  
Анатолий  
Андреевич

kozlov\_kaa@mail.ru  
8(918) 950-24-40

Telegram канал  
Осторожно! Ребенок!



<https://vk.com/kozlovkaa>



<https://t.me/CarefullyChild>

