**Формирование самопознания и самовоспитания подростков.**

**Руководство со стороны родителей процессом самовоспитания подростков.**

*Самосознание. Уверенность в себе, признание самоценности, понимание собственных способностей. Помощь взрослых в выработке у школьников контроля и самооценки. Основные направления самовоспитания:*

***- воспитание силы воли;***

***-выработка настойчивости и упорства в учебе, стремление к познанию жизнедеятельности;***

***-развитие практических жизненных навыков и умений;***

**Форма занятия – этическая беседа.**

**Детство –** начало жизни, когда закладывается фундамент формирующейся личности. Это очень ответственная пора. Качества, воспитанные в детстве, во многом определяют дальнейшее становление личности. Возможности человеческого развития колоссальны. Воспитание и самовоспитание призваны вскрыть неиспользованные резервы человеческой психики и обратить их на благо развития личности. Важно поднять интеллект и культуру воспитанника до такого уровня, когда процесс работы над собой станет потребностью и будет продолжаться без внешнего стимулирования. Известно, чем выше уровень развития личности, тем больше и серьезнее занимается эта личность самовоспитания.

Процесс самовоспитания начинается уже в 6-7 классах. У подростков появляется интерес к внутреннему миру человека, возникает потребность разобраться в особенностях людей и самих себя. Первоначально подросток познает лишь отдельные качества своей личности, не связывая их с собственным поведением. Поэтому важно провести большую подготовительную работу, чтобы у ребят появилась потребность к самовоспитанию. Попробуем разобраться в том, как подвести детей к самовоспитанию, помочь им работать над собой.

Родителям нужно не только натолкнуть ребят на самовоспитание, но и рассказать им о тех методах работы над собой, которые приводят к лучшим результатам. Так, например, для того чтобы самовоспитание не превратилось только в благие намерения, необходимо продумать план работы и строго его придерживаться. Если цель, которую ставит перед собой человек, очень трудна, то надо поставить какие-то промежуточные вехи в пути. Не просто – «выработать волю», а каждый день ставить задачу, которая потом приведет к цели.

Очень хорошая привычка – вечером мысленно пробегать прожитый день, подводя итоги. Это помогает лучше понять самого себя. Интересно отметить, что стремление к самоанализу, стремление разобраться в окружающей жизни порой толкает ребят к ведению дневника. Излагая в нем свои наблюдения, оценку и самооценку, мысли и предложения, подросток учится всматриваться в жизнь, понимать себя и других людей, приучаться анализировать свои поступки. Но родители должны помнить: дневник детей – это интимный мир. К тайне дневника необходимо относиться свято. Не надо обижаться, если дети не показывают вам свой дневник. Очень полезно натолкнуть детей на мысль о необходимости владеть своим настроением, в крайнем случае не показывать его окружающим. Это правило очень хорошо при самовоспитании.

Развивающее самосознание требует практической деятельности. Подросток ставит перед собой конкретные задачи самовоспитания, разрабатывает план работы над собой, и ему нужна своевременная педагогическая помощь. Без этой помощи подростки затрудняются определить последовательность задач самовоспитания, выбрать средства работы над собой. Оказавшись без поддержки старших, подросток нередко ограничивается благими порывами к самосовершенствованию, но практически ничего не предпринимает. Самовоспитание без помощи старших может принять неправильные, вредные и даже опасные формы. Работа над собой идет более успешно, если учащиеся овладевают специальными методами самовоспитания: убеждением, самоприказом, самовнушением, самокритикой.

И последнее, о чем бы хотелось сказать, это об организации самоконтроля. Было бы непедагогично расспрашивать у подростка о его чувствах, переживаниях, его самооценке и планах на будущее. Пусть подросток сам об этом расскажет. Задачей родителей – создать в семье обстановку доверия. Для самоконтроля подростку можно рекомендовать вести записи, где указывать дату, что надо сделать, что сделано, что не сделано, как исправить ошибку. На основании такого учета за неделю или месяц легко судить о своей способности заниматься самовоспитанием. Школьникам полезно объяснить, что о своей воспитанности надо судить, прежде всего, по поступкам и тем последствиям, которые они имеют. Но поступки совершаются под влиянием чувств и убеждений человека. Вот почему о воспитанности самого себя надо судить и по тому, о чем больше всего думаешь, чем интересуешься, к чему стремишься, ради чего учишься и работаешь.

Многое еще, опираясь на свой опыт, могут советовать родители детям. Но нужно помнить, что самовоспитание привлекает ребят потому, что перед ними открывается возможность самим «делать себя».

**Методические рекомендации.**

На основании материалов темы и проведенных анкет можно совместными усилиями разработать программу по самовоспитанию детей.

**Рекомендации по самовоспитанию.**

Благодаря своему жизненному опыту вы можете составить перечень рекомендаций по самовоспитанию. Можно провести аукцион предложений по составлению программ по самовоспитанию.

**С чего начать?**

*- с определения целей*

*- с составления плана (на неделю, четверть, месяц, год). План должен быть перед глазами постоянно.*

*- с определения сроков*

*-со стимула, похвалы ребенку за успех*

*-сказать «нет» соблазнам*

*-начать с главного*

*-не отступать от намеченного.*

Можно также предложить анкеты для родителей с обсуждением их результатов.

**Анкета для родителей № 1.**

1. *Обсуждаете ли вы вместе с ребенком что-либо прочитанное?*
2. *Советовали ли вы ребенку составить план изучения своей личности?*
3. *Ведет ли ребенок личный дневник?*
4. *Отмечаете ли вы успех ребенка?*
5. *Учите ли аутогенной тренировке?*
6. *Какие учебные предметы изучает ваш ребенок с интересом?*
7. *Есть ли у ребенка режим дня? Составляется ли план на день?*
8. *Проявляет ли ребенок настойчивость в ежедневных домашних делах?*
9. *Тренирует ли волю в практических делах?*
10. *Выписывает ли ребенок интересное из прочитанного? Размышляет ли над прочитанным? Записывает ли свои суждения?*

**Анкета для родителей № 2.**

1. *Прививаете ли ребенку интерес к умственному труду?*
2. *Как помогаете ему воспитывать силу воли?*
3. *Почему шаги во взрослость оборачиваются упущенными возможностями?*
4. *Согласны ли вы с выражением: «… и пешка может пройти в королевы, но нужна рука, которая бы ее переставляла»?*
5. *Что значит: «исчерпать себя», «можно завершить лишь одно их многих «себя», а сколько «себя» в тебе?*