

Влияние взаимоотношений внутри семьи на самооценку в подростковом возрасте

Бекетова Анастасия Викторовна, обучающийся
Научный руководитель: Н.А. Коростелева, к.п.н., доцент
Сибирский университет потребительской кооперации, г. Новосибирск.

Актуальность и задачи:

В настоящий момент эта тема является актуальной потому, что имеется ряд проблемных моментов:

- постоянные проблемы с самооценкой у подростков и взрослых людей;
- значимость профилактики и решения этой проблемы для того, чтобы помочь будущим поколениям в воспитании и гармонизации внутри семей.

В соответствии с актуальностью темы, мы можем сформулировать следующие **задачи**:

- Теоретический анализ проблемы взаимосвязи самооценки подростка и взаимоотношений внутри семьи;
- Методические рекомендации по проведению психолого-педагогической работы с подростками, имеющие разные степени самооценки.

Методика исследования построена на теоретической части и содержит в себе работы таких учёных, как: Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн, П. Я. Гальперин, Л. И. Божович, В. С. Мухина и других, кто работал с этой проблемой.

Самооценка — это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди людей. От самооценки зависит то, как человек может регулировать свои поступки, на сколько объективно их оценивать, на сколько может вести себя в обществе и критиковать себя.

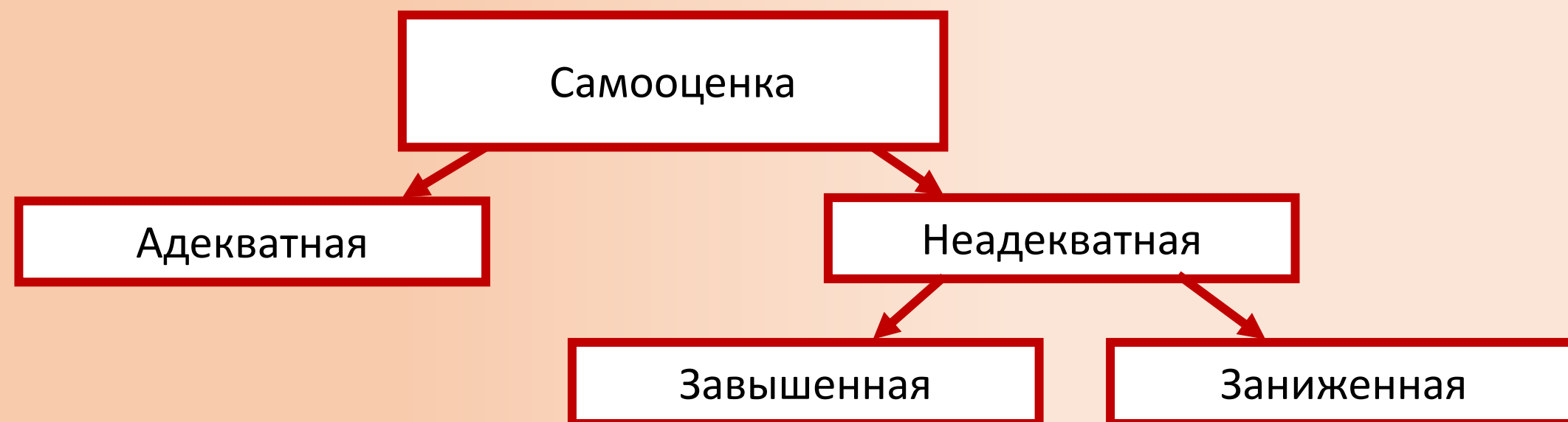


Таблица 1. Виды самооценок

На таблице, что представлена выше, показаны варианты самооценки и из неё же вытекают два вида: оптимальная, то есть адекватная, самооценка и неоптимальная, то есть, завышенная или заниженная.

Проблема самооценки, по мнению учёных и психологов, связана с тем, как общаются родители с подростком, на сколько уделяют ему время его задачам и потребностям. Отталкиваясь от этого, ребёнок составляет мнение о себе, сравнивая себя и свои возможности со сверстниками.

Соответственно, *первом варианте* подросток способен объективно оценивать себя, свои возможности, имеет непредвзятость при критике своих действий, имея чувство меры. При *втором варианте* появляется заниженная, либо завышенная самооценка, при которой человек либо завышает свои способности и умения, требует слишком много и от себя, и от других; либо слишком занижает себя, свои способности и действия. Неоптимальная самооценка появляется из-за того, что от человека в подростковом возрасте либо слишком много требовали, не видя золотую середину между требованиями и обязанностями и никак не поощряя, либо не требовали ничего, разрешая делать всё на своё желание и усмотрение.

Таким образом, можно предположить, что, действительно, самооценка подростка напрямую зависит от отношения родителя к нему. Особенно это проявляется в школьный период, когда человек сталкивается с другим видом социума-школой как местом обучения и школой как местом общения и приобретения социальных навыков. В этот период важно поддерживать ребёнка, уделять ему внимание и общаться с ним.

Заниженная самооценка	Завышенная самооценка
Самокритика	Нарциссизм
Острое и частое чувство вины	Острое отношение к чужой критике
Желание угодить другим	Уверенность в своей правоте
Страх совершить ошибку	Отсутствие умения просить прощения, даже если не прав
Отсутствие инициативы из-за страха ошибиться	Нежелание слушать и понимать оппонента

Таблица 2. Проявления разных видов самооценки

Многие исследования доказывают то, что есть две основные тенденции развития самооценки: 1) тесная связь самоотношения с родительским отношением на аффективном и когнитивном уровнях;

2) начинающаяся отстройка в самооценке от отношения родителей.

Также, установлен тот факт, что для правильной стабильной самооценки должны присутствовать два фактора: поддержка и контроль. Выделяется три главных условия для успешного формирования самооценки подростка:

- принятие и любовь родителями;
- установка понятных и однозначных правил;
- предоставление ребёнку свободы действий в определённых границах.

Из этих условий появляется новая задача: каковы эти самые «границы»?

Каждая семья решает по-своему, исходя из того, какие воспитывали их и какие сценарии воспитания в них заложены. Помимо этого, слишком суровые границы не дают ребёнку простора и свободы развиваться внутри социума, а слабые не способствуют воспитательным целям.

Соответственно, перед тем, как решать, нужен ли этот запрет или нет, нужно спросить самого себя «зачем он нужен и что он даст?». Этот вопрос нужен и важен потому, что многие запреты передаются из поколения в поколение, не неся, либо теряя свой изначальный смысл и совсем не способствует гармоничному воспитанию, а только возвращает в ребёнке отчуждение, недоверие к себе и к семье.

Однако же, при правильном расставлении границ, при участии родителей в жизни подростка, при поддержке и понимании, получится создать в семье тот самый, положительный климат, который поможет ребёнку осознать свою ценность, найти своё место в социуме и быть в балансе со своим «Я», имея правильную и стабильную самооценку.



ВЫВОДЫ:

Для правильного влияния на самооценку любого подростка стоит помнить про такие факторы, как:

- Обязательное участие в жизни семьи;**
- Всегда помнить о ребёнке, стараться выделять время для общения с ним;**
- Замечать его проблемы;**
- Не давить на подростка и не ограничивать в принятии решений;**
- Помнить о его индивидуальных особенностях развития;**
- Уважительно относиться к его мнению;**
- Научиться видеть в ребёнке равного себе.**