

Влияние взаимоотношений внутри семьи на самооценку в подростковом возрасте

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

Актуальность и задачи:

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

- постоянной 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; З. Фрейд; Л.И. Божович 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.

При *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.

Соответственно, можно предположить, что 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.

Многими исследователями, такими как А.И. Захаров; Е.А. Капцова; В.С. Мухина, доказано, что нездоровый внутренний «климат» семьи, состоящий из нелюбви партнёров друг к другу и нелюбви, соответственно, к ребёнку, множество конфликтов приводят к отчуждению ребёнка от родителей, неумение общаться со сверстниками и, как следствие, становление изгоем, либо девиантным подростком.

Такой вид воспитания, в основном, проявляется в неблагополучных семьях, либо в семьях, которые подвержены фактору «социального риска», где пролегает зона отчуждения и непонимания меж семьёй и обществом. Соответственно, такие семьи воспитывают детей неправильным ценностям, которые привили им в детском и подростковом возрасте.

Эта специфика формирования самооценки связана с тем, что не имеется ещё внутреннего идеального плана, мотивации и поведенческих ситуаций. Это всё приводит к различным проблемам, которые представлены на таблице:

Заниженная самооценка	Завышенная самооценка
Снижается эффективность учёбы в подростковом возрасте	Искажённое восприятие действительности, как следствие-неправильные выводы
Нелюбовь к себе, соответственно, и к другим людям	Склонность к риску из-за уверенности в себе
Влияние на выбор своего окружения	Неприятие чужой точки зрения
Завышенная критичность к самому себе	Неумение идти на компромиссы
Высмеивание самого себя, из-за страха быть высмеянным другими	Нет самоанализа
Грубость и высокомерие как «щит» от внешнего мира	Эгоизм и высокомерность
Сравнение с другими и, как следствие, разочарование в себе	Неспособность восприятия критики в свой адрес
Девиантное поведение	Риск неимения друзей

Таблица 2. Проблемы, вытекающие из завышенной и заниженной 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.

При неблагоприятной семейной ситуации, при отторжении и непонимании ребёнка и его потребностей, это и приводит к конфликту внутреннего «Я», который обуславливается тем, что ребёнок не принимает себя, свои ценности и свой внутренний мир, находясь в более уязвимом положении, нежели подростки из «благополучных» семей.

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.

Однако, появляется новая нерешённая задача: каковы эти самые «определённые границы»? Это решается в каждой семье по-своему. Помимо этого, слишком суровые границы не дают ребёнку простора и свободы развиваться внутри социума, а слабые не способствуют воспитательным целям.

Таким образом, чтобы установить правильные границы, для начала нужно спросить у самого себя «зачем он нужен и что он даст?», потому что, множество запретов передаются из поколения в поколение, но не несут в себе никакого смысла с точки зрения правильного и гармоничного воспитания, а приносят только тревогу и отчуждение со стороны подростка.

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

Таким образом, цель доклада - **выявить связь самооценки подростка и взаимоотношений внутри семьи, их отношение к подростку.**

Подростковый возраст - важный этап в становлении личности, которая формируется нестабильно и постепенно.

На неё влияют два фактора: семья и социум. Но без скрепов, которые были заложены внутри семьи, не будет правильного анализа, взгляда на социум, который окружает подростка.

Уровень самооценки зависит от оценки подростков родителями и от типа отношений внутри семьи.

Исходя из всего вышесказанного, можно резюмировать, что самооценка напрямую зависит от взаимоотношений в семье и между ребёнок-родитель, и между родитель-родитель, от их умения правильно выстраивать границы дозволенного, не перенося из поколения в поколение бесполезные запреты.

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.**

