



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
КАФЕДРА ПОДГОТОВКИ ПЕДАГОГОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ
И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

**ВЛИЯНИЕ ТИПОВ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ НА ФОРМИРОВАНИЕ
САМООЦЕНКИ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА**

Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы магистратуры
«Психология и педагогика образования личности»
Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований:

95,73 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

« » 2026 г.

Зав. кафедрой ПППО и ПМ

 Корнеева Н.Ю.

Выполнил:

Студент группы ЗФ-309-187-2-2
Мухамеджанова Алёна Васильевна

Научный руководитель:

д.п.н., профессор
Савченков Алексей Викторович

Челябинск
2026

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
Глава 1. Теоретическое обоснование влияния типов семейного воспитания на формирование самооценки личности ребенка	10
1.1. Анализ научной литературы по вопросу типов семейного воспитания	10
1.2. Психологические исследования проблемы самооценки ребенка в русской и зарубежной литературе	21
1.3. Особенности формирования самооценки личности у детей воспитывающиеся в семьях с разным типом воспитания	32
Выводы по 1 главе	40
Глава 2. Эмпирическое исследование влияния типов семейного воспитания на формирование самооценки личности ребенка.....	43
2.1. Констатирующий этап экспериментальной работы по влиянию типов семейного воспитания на формирование самооценки личности ребенка	43
2.2. Реализация программы по формированию самооценки личности ребенка и коррективке типов семейного воспитания.....	56
2.3. Анализ результатов итогового эксперимента.....	80
Выводы по 2 главе	85
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	88
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	91
ПРИЛОЖЕНИЯ	99

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Подготовка учащихся к самостоятельному совершенствованию своих знаний как одна из центральных задач школы на современном этапе делает особо значимой проблему формирования активной позиции учащегося в учебном процессе, превращения его в подлинного субъекта учебной деятельности. Последнее требует умения всесторонне и объективно оценить особенности своей личности и деятельности, т.е. определенного уровня развития самооценки. В связи с этим исследования, направленные на выявление психологических условий и закономерностей становления самооценки на разных возрастных этапах, приобретают чрезвычайную актуальность.

Самооценка ребенка – это не врожденная характеристика организма, а сложное личностное образование, которое подвержено процессам формирования и становления в структуре всех личностных характеристик. Совокупность множества факторов влияет на развитие и становление личности ребенка. Развивающийся ребенок постоянно взаимодействует с внешней средой на различных уровнях. Сердцевину одного из уровней составляет семья. Именно от нее в первую очередь зависит, каким вырастет ребенок, и какое место в обществе он займет. Действительно, тип семьи, в которой рождается ребенок, может самым серьезным образом повлиять на его ожидания, установки, набор ролей, систему взглядов и взаимоотношений с другими людьми, а также на его когнитивное, эмоциональное, социальное и физическое развитие в течение всего жизненного пути. Влияние родителей и семьи в целом является всего лишь одним из элементов обширного процесса

социализации.

Какое же отношение ко всему этому имеют типы воспитания? Неужели личность и дальнейшая жизнь не закладываются в человека при его появлении на свет? Каким образом можно повлиять на дальнейшую жизнь ребенка, чтобы он адекватно реагировал как на себя, так и на окружающих? Или чем помочь детям, чьи родители заметили за ними неладное отношение к окружающему миру, и к самому себе? Что такое типы и стили семейного воспитания, на что они влияют, и нужны ли они вообще? Типы и стили семейного воспитания – это то, как родители и ближайшие родственники воспитывают недавно появившуюся на свет личность. В период детства и подросткового возраста положительное воспитание особенно важно, ведь это именно тот промежуток развития личности, когда ребенок впитывает в себя все то, что его окружает.

Проблема самооценки как одна из центральных проблем психологии личности отражена в работах отечественных и зарубежных ученых: Б.Г. Ананьева, Р. Бернса, Л.С. Выготского, В.С. Мухиной, У. Джеймса, С.Л. Рубинштейна и др. Понятие, структуру, функции, проблему развития самооценки обсуждали в своих трудах Р. Бернс, И.С. Кон, А. И. Липкина, К. Роджерс, Э. Эриксон и др. психологи. Изучению самооценки в дошкольном возрасте посвящены исследования Л.И. Божович, М.И. Лисиной, А.И. Сильвестру, Г.А. Урунтаевой и др. Эти работы описывают сущность самосознания и самооценки, механизмы и факторы их формирования в младшем школьном возрасте.

В западной и отечественной психологии уже давно изучается вопрос о влиянии типов воспитания на самооценку ребенка такими психологами как: Л.Н. Выготский, Э.Х. Эриксон, Д. Баумринд и многие другие исследовали, и

до сих пор данный вопрос остается актуальным, по той же причине выпускаются всевозможные пособия и учебники для родителей, что быте, опираясь на исследования, могли воспитать ребенка с адекватным восприятием как себя, так и общества, так и окружающего мира.

Одним из эффективных условий развития самооценки обучающихся являются адекватные стили семейного воспитания. Однако проблема гармонизации стилей семейного воспитания, способствующих развитию адекватной самооценки детей младшего школьного возраста, недостаточно изучена в современной литературе.

Таким образом, существуют *противоречия*:

– между необходимостью создать условия для развития самооценки у детей младшего школьного возраста и сложившейся системой общего образования, ориентированной в основном на овладение обучающимися предметными знаниями, умениями и навыками;

– между необходимостью развивать у обучающихся самооценку и недостаточной разработанностью методического обеспечения, позволяющего целенаправленно осуществлять этот процесс.

На основании выделенных противоречий, анализа философской, психолого-педагогической литературы, а также в результате изучения опыта работы с обучающимися была сформулирована *проблема исследования*, заключающаяся в теоретическом осмыслении программы формирования самооценки обучающихся, обеспечивающих адекватный уровень ее развития в условиях семейного воспитания.

Все вышеизложенное обусловило актуальность и выбор темы исследования: *«Влияние типов семейного воспитания на формирование самооценки личности ребенка»*.

Цель исследования – теоретическое изучение проблемы типов семейного воспитания и их влияние на развитие самооценку личности ребенка и разработка программы по формированию исследуемой самооценки и корректировки типов семейного воспитания.

Объект исследования – самооценка личности ребенка.

Предмет исследования – влияние типов семейного воспитания на развитие самооценки личности ребенка.

Гипотеза исследования: адекватную самооценку личности ребенка возможно сформировать, если:

- теоретически обосновать влияния типов семейного воспитания на формирование самооценки личности ребенка;
- разработать и реализовать программу по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания.

Задачи исследования:

1. Изучить типы семейного воспитания и определить наиболее распространенный среди родителей.
2. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме самооценки личности ребенка.
3. Разработать и реализовать программу по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания.
4. Выявить взаимосвязь семей с различными типами семейного воспитания, и их влияния на формирование самооценки личности ребенка.

Методологическая основа исследования базируется на трудах ведущих психологов, таких как Выготский Л.С. и Леонтьев А.Н., о развитии психики ребенка и становление его личности в обществе в период обучения в младшей школе. А также базирование на трудах авторов в изучении семьи,

эмоционального развития детей и типов воспитания: Кошелева А.Д., Кузнецова Е.С., Кряжева Н.Л. и другие.

Положения, выносимые на защиту:

Адекватная самооценка и хорошая социальная и личная адаптированность, сочетаются с наличием теплых, доверительных отношений между детьми и родителями. Дети с низкой самооценкой, выраженным чувством собственной изолированности и ненужности, малой социальной активностью и неудовлетворенностью в межличностных контактах имели негативный опыт внутрисемейных отношений. Стиль родительского воспитания зависит от особенностей личности родителей, эмоционального принятия или отвержения ребенка, степени контроля и выраженности стремления к социальной желательности.

Разработанная программа по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания состоит из 2 взаимосвязанных блоков: 1) направлен на формирование адекватной самооценки младших школьников и состоит из 8 занятий; 2) посвящен корректировке типов семейного воспитания и состоит 5 занятий с родителями, при этом часть занятий проходила очно, часть с помощью социальных сетей.

Программа по формированию адекватной самооценки разработана на основе нормативно-правовых документов и методических материалов по начальному образованию и предназначена для работы с детьми младшего школьного возраста и их родителями. Цель программы: психолого-педагогическое содействие формированию адекватной самооценки у детей младшего дошкольного возраста и коррекция типов семейного воспитания в семье.

Научная новизна квалификационной работы определяется тем, что разработана программа по формированию адекватной самооценки разработана на основе нормативно-правовых документов и методических материалов по начальному образованию и предназначена для работы с детьми младшего школьного возраста и их родителями.

Апробация результатов исследования: Мухамеджанова А.В. Теоретическое обоснование влияния типов семейного воспитания на формирование самооценки личности ребенка // Актуальные проблемы образования: позиция молодых. Часть 1: материалы Всероссийск. студ. науч.-практ. конференции. 5-29 апреля 2025 г. ред. кол., Богачев А.Н., Уварина Н.В. и др. – Челябинск: изд-во «ООО Арбис», 2025. – 167-169 с.

База исследования: КГУ «Тобольская общеобразовательная школа отдела образования района Беимбета Майлина» Управления образования акимата Костанайской области. В исследовании приняли участие младшие школьники, обучающиеся в третьих классах в количестве 46 человек, возраст 8-9 лет.

Этапы исследования. Исследование осуществлялось в три этапа с 2023 по 2025 годы.

Первый этап (поисково-теоретический) 2023–2024 гг. – осуществлен анализ состояния проблемы, определены исходные теоретические и методологические основы исследования; сформулированы цель, задачи и гипотеза исследования; выбраны методы исследования и разработана программа опытно-экспериментальной работы; модифицированы диагностические методики, проведён констатирующий эксперимент.

Второй этап (опытно-экспериментальный) 2024–2025 гг. – проведён формирующий эксперимент, который позволил реализовать программу по

формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания.

Третий этап (аналитико-обобщающий) 2026 г. – проанализированы результаты исследования, проведена систематизация и интерпретация экспериментальных данных, сформулированы выводы и разработаны методические рекомендации, намечены перспективы дальнейшего исследования, результаты исследования оформлены в виде магистерской диссертации.

Содержание и структура работы соответствует поставленным задачам. Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников, приложений.

Глава 1. Теоретическое обоснование влияния типов семейного воспитания на формирование самооценки личности ребенка

1.1. Анализ научной литературы по вопросу типов семейного воспитания

В каждой семье формируется определенный, но не всегда осознанный вид воспитания. Семьи ставят свои цели, используют свои приемы воспитания, дают ребенку понимание что хорошо, а что плохо, создают свои правила взаимоотношения родителей и ребенка.

Задаваясь вопросом, что из себя представляет семейное воспитание, стоит обозначить, что существует два схожих понятия – типы и стили семейного воспитания. По своим характеристикам они крайне схожи, но все же стоит их разделять.

Тип семейного воспитания – характеристика отношений внутри семьи, отношение родителей к их родительскому долгу, также личностные установки родителей, уровень эмоционального отношения к ребенку [49].

Типы воспитания определяются основными подходами, своей философией, которая находится в основе движения воспитания. Психологи, которые были основоположниками, и психологи, до сих пор изучающие этот вопрос, выделяли несколько типов семейного воспитания, таких как: авторитарный, либеральный и авторитетный [70].

Авторитарный тип воспитания заключается в подавлении личности ребенка родителями. Подавляется инициатива и непослушание, а за малейший проступок уже наказывают. В данном случае доминирует подчинение со стороны ребенка, и высоким уровнем контроля от родителей. При таком типе воспитания часто применяется рукоприкладство по отношению к ребенку, не считают нужным считаться с мнением ребенка,

бесконечно его контролируют, создают запреты. Со стороны родителей нет ни любви, ни ласки, ни даже сочувствия, поддержка также отсутствует. Родителям важно, чтобы ребенок рос тихим и покладистым, во всем безоговорочно слушался, и не делал ничего лишнего. У детей появляется механизм внешнего контроля, построенный на чувстве вины или чувстве страха перед наказанием, но после исчезновения опасности ребенок становится неконтролируемым. При таком воспитании ребенок становится либо неуверенным в себе и своих силах, неспособен постоять за себя, либо наоборот, агрессивным, конфликтным и враждебным по отношению к обществу. При любом раскладе такому человеку будет трудно вписаться в социум [47].

Либеральный тип воспитания заключается во вседозволенности, родители никак не контролируют детей, у ребенка развивается низкая дисциплинарность. Самоутверждаясь, ребенок начинает капризничать и использует просьбы в виде требований, показательно обижается. Не слушается родителей, и не выполняет их просьбы. Родители неспособны, или не хотят направлять ребенка. Границы при таком стиле воспитания установить довольно проблематично, к тому же родители часто подкрепляют такое бесконтрольное поведение. Но в то же время, для такого стиля воспитания характерно проявление заботы и любви со стороны родителей, а взаимоотношения с детьми довольно близки. Ребенку дается возможность проявить себя, открыть в себе что-то новое, индивидуальное.

Родители и правда считают, что таким образом их ребенок самостоятельно научится различать плохое и хорошее, допустимое и запретное. При таком воспитании ребенок растет без четкого понимания что допустимо, а что нет, им проблематично развить в себе чувство

самоуважения, и в дальнейшем им всегда будет требоваться опора, ими легко манипулировать. Они чаще попадают в «плохие компании, становятся зависимыми в отношениях, нет ощущения собственного достоинства, самооценка низкая, не умеют устанавливать крепкую эмоциональную связь с другими людьми [26].

Авторитарный тип воспитания строится на основе равноправия, сотрудничества и уважения мнения ребенка. В таком случае родители и воспитатели обращаются к ребенку как к равноправному партнеру, учат его самостоятельно принимать решения, решать конфликты и быть ответственным.

Стиль семейного воспитания – способ отношений, которые проявляют родители к ребенку, применение неких определенных методов во взаимодействии с ребенком, которые выражаются как в словесном, телесном или любом ином взаимодействии с ребенком [70].

В целом в основном выделяется шесть основных стилей семейного воспитания, таких как: авторитарный, демократичный, либеральный (попустительский), отчужденный, гиперопекающий, и хаотичный [69].

Авторитарный стиль заключается в том, что ребенку не дается как таковой свободы действий или свободы слова. Принцип родителей при таком стиле заключается в строгости, контролируется вся жизнь ребенка. Родители пристально следят за выполнением домашнего задания ребенка-младшеклассника, стоят над душой и добиваются от него самостоятельного решения задач. В свою очередь ребенок начинает использовать самозащиту, и, например, начинает плакать. В дальнейшем такое отношение напрочь отбивает у ребенка желание учиться, приводит к проблемам концентрации внимания. При каком-либо проступке, даже незначительном, родители могут

позволить себе рукоприкладство по отношению к ребенку. Для такого стиля воспитания характерны запреты для ребенка и строгие рамки дозволенности. Как таковая родительская любовь отсутствует, ребенок недополучает родительской ласки, поддержки, нежности. Родителей в большей степени волнует послушание и приличное, по их мнению, поведение. При родителях ребенок будет вести себя спокойно и будет послушным, однако, как только ребенок поймет, что угроза пропала, поведение ребенка может стать непредсказуемым и неконтролируемым. Поскольку ребенок все время подавляется, то он не имеет внутреннего контроля и анализа своих поступков, и его действия оцениваются по уровню последующего наказания, а не по социальной ценности, личной безопасности, и безопасности окружающих. Данный стиль воспитания возвращает ребенка либо неуверенным в себе, неспособным ничего самостоятельно решать, замкнутым, и неумеющим постоять за себя, либо наоборот, агрессивным, дерзким, конфликтным человеком. В дальнейшем таким детям будет сложно адаптироваться и вжиться в общество.

Авторитетный стиль воспитания заключается в похвале ребенка за любую инициативу и самостоятельность. Родители помогают и поддерживают ребенка, дают ему и любовь, и нежность. При таком стиле воспитания, с возрастом у ребенка появляется новая ответственность, соответствующая его силам, знаниям, умениям, и возрасту. Родители всегда прислушиваются к мнению ребенка, а ребенок в свою очередь прислушивается к мнению родителей, и доверяет им. При таком стиле семейного воспитания формируется стабильная, адекватная самооценка, ребенок в состоянии постоять за себя, с легкостью находит новые знакомства и адаптируется в обществе. Психика у таких детей будет стабильной и

устойчивой.

Либеральный стиль воспитания, в отличие от авторитарного, характеризуется низким контролем и высокой толерантностью со стороны родителей. В данном случае ребенку предоставляется много свободы и самостоятельности, но может отсутствовать ясная структура и границы дозволенности [47].

Для *гиперопекающего стиля* семейного воспитания характерно освобождение ребенка от любой самостоятельности как в физическом, так и в социальном развитии, и психологическом. Родители всегда рядом со своим чадом, все за него решают, и ребенку не приходится ни о чем думать, не приходится ни о чем и ни о ком беспокоиться, все это за него сделают любящие родители. Даже когда ребенок становится старше, родители продолжают его гиперопекать. Излишняя опека и забота родителей не позволяют ребенку проявлять инициативу ни в каком ее проявлении. Такой стиль возвращает в ребенке безволие и беспомощность, что в свою очередь затормаживает развитие ребенка в различных навыках и умениях, подавляется настойчивость, отсутствует трудолюбие. В дальнейшем у ребенка складывается низкая самооценка, он не приспособлен к жизни в обществе, ничего не знает и не умеет, не хочет учиться новому [33].

Отчужденный стиль воспитания подразумевает под собой безразличие родителей к личности ребенка в целом. Родители просто-напросто не замечают ни ребенка, ни его потребности, они не заинтересованы ни его развитием, ни за его успехами, по большей части избегают общение с ребенком и держатся отстраненно. Жизнь ребенка полностью предоставлена самому себе.

Несомненно, данный стиль воспитания больше характерен для

неблагополучных семей, где один или оба родителя зависимы, например, от алкоголя. Детям с таким стилем воспитания также сложно влиться в общество, трудно добиться близких отношений с людьми, также нет понимания о близкой эмоциональной связи, часто попадают в плохие компании. Чтобы обрести любовь, признание, и все то, чего лишены дома. Самооценка является низкой, ведь дома не учили нормам морали, родители всегда пьяные, им нет дела до ребенка.

Хаотичный стиль семейного воспитания подразумевает под собой отсутствие конкретики и определенного подхода в воспитании ребенка. Чаще всего возникает в семьях, где родители не смогли договориться, каким способом будут воспитывать своего ребенка. На фоне неопределенности могут возникать ссоры, которые в дальнейшем будут усугубляться, поскольку родители будут выяснять отношения между собой, кто из них прав. И к сожалению, часто случается, что родители ссорятся при ребенке, из-за чего у того могут развиваться невротические реакции. Поскольку в данном стиле нет четкого концепта воспитания, ребенок будет находиться в некоем дисбалансе, поскольку не будет ощущения стабильности, вероятно появятся такие расстройства как: тревожность, импульсивность, агрессия, неуправляемость. В таком случае ребенку проблематично обрести адекватную самооценку, сложно найти контакт с окружающим миром [47].

Следует разобраться, кто и когда был основоположником определения типов семейного воспитания, и как конкретно они влияют на развитие самооценки у ребенка.

Одним из первых, в 1950 г. Стал известный психолог Э. Эриксон, который выделил типы семейного воспитания в своей книге «Детство и общество [70].

Он также считал, что они имеют существенное влияние на развитие личности у детей. К примеру, авторитарный тип, в виду своей высокой степени контроля и строгих правил, мог привести к развитию чувства вины и низкой самооценке.

Авторитетный тип, сочетающий жесткость, понимание, и учитывающий мнение ребенка, мог формировать уверенность в себе, эмоциональную и психологическую стабильность, адекватную самооценку. Либеральный, из-за отсутствия надзора и четких правил, приводил к развитию проблем с саморегуляцией и ориентацией на социальные нормы. Уже здесь можно обратить внимание на формирование базовых типов [70].

Диана Баумринд, позднее продолжившая углубляться в данную тему. Она считала, что есть другие четыре типа воспитания: это Либеральный или Разрешительный, Авторитарный, Авторитетный, и Безразличный. По её мнению, в Либеральном типе воспитания родители предоставляют большую свободу и автономию для ребенка, с минимальным уровнем вмешательства и контроля.

Последствия такого воспитания в её виденье было таковым, что в будущем ребенок мог столкнуться с проблемами усвоения правил и структуры жизни, а также возникали трудности в саморегуляции. Родители, которые использовали авторитарный тип воспитания, выделялись особой требовательностью и строгостью к своим детям. Устанавливая жесткие правила, и не оказывая поддержку, это могло приводить к подавленности и несамостоятельности ребенка. Авторитетный тип является сбалансированным в виду того, что родители проявляли как высокие требования и ожидания, так и высокий уровень поддержки своего ребенка. Это зачастую возвращало более социально развитые и самостоятельные личности, еще и с более

высокой самооценкой. Баумринд в своей работе выделила новый тип, который обозначила как безразличный. В нем, по её мнению, родители, применяющие этот тип воспитания, проявляют слишком мало внимания к эмоциональным или поведенческим потребностям ребенка, зачастую они не принимают активного участия в его воспитании. Дети, воспитанные по данному типу, часто имеют эмоциональные и поведенческие проблемы, а также низкую самооценку и чувство неблагополучия [22].

Ещё один зарубежный психолог, Джон Боулби [9], не выделял ярко выраженных типов семейного воспитания, но в своих работах вывел теорию прикрепленности. Она описывает важность эмоциональной связи между ребенком и родителями в его личностном и психическом развитии. Этим исследованием он принес значительный вклад в понимание раннего развития ребенка, в том числе то, какую роль в этом играет семейное воспитание.

Разработанная им теория представляет собой рамочное понимание того, как эмоциональные связи между родителями и ребенком формируются в раннем детстве и как эти связи влияют на будущие отношения и развитие личности ребенка. Согласно данной теории, у детей есть врожденная потребность в формировании тесных и безопасных связей с определенными взрослыми (коими обычно являются родители), что создает специальный вид эмоциональной связи, называемой «прикрепленностью». Эти связи создаются в раннем детстве и оказывают глубокое влияние на социальное и эмоциональное развитие ребенка.

Боулби предполагает, что качество этих ранних взаимоотношений формирует внутреннюю модель мира у ребенка, определяя его представления о себе, других людях и взаимоотношениях с ними. Если родители обусловлены прочной прикрепленностью, дети чувствуют себя уверенно и с

легкостью могут исследовать окружающий их мир, взаимодействовать с другими людьми, строить близкие отношения, и справляться с эмоциональными моментами жизни. Более того, теория подчеркивает важность контингентности, то есть способности родителей чувствовать и отвечать на потребности своих детей. Не игнорирование нужды ребенка в поддержке и защите со стороны родителей, что позволяет ребенку более спокойно реагировать на различные повороты судьбы в его жизни, поддерживать близкое общение с окружающим [47].

Основные практические выводы из теории прикрепления подразумевают, что родители должны обеспечивать детей эмоциональной, и физической защитой, а также поддержкой, что в конечном итоге позволяет создать надежную психологическую и эмоциональную базу для здорового развития и уверенности ребенка в себе. Данное видение воспитания все же можно подвести под

Демократический тип [9].

Отечественный психолог и лингвист Л.Н. Выготский не разделял воспитание на четко выраженные типы. Однако он развивал теории и концепции о развитии личности в контексте социальной и культурной среды. Одной из главных идей было понимание того, что человек развивается в тесной связи с социальной и культурной средой в которой растет. Он утверждал, что развитие ребенка происходит через взаимодействие с ближайшим кругом общения, то есть с родителями и другими членами семьи. Одной из ключевых концепций было понятие зоны ближайшего развития или же ЗБР. Он полагал, что в процессе взаимодействия со взрослыми, особенно родителями, дети воспринимают новые навыки, знания и понимание мира, которые лежат в вышеописанной зоне – то есть в той области, где они готовы

воспринимать новую информацию и учиться, но ещё не могут освоить что-то самостоятельно. Из этого можно сказать, что в его идеях выделялись демократический тип Эриксона и авторитетный тип Баумринд [14].

Уже более современные Российские психологи, рассматривающие вопрос взаимосвязи типов семейного воспитания и его влияния на ребенка, аналогично ранее описанными учеными, приходят к мнению, что типы, нарушающие систему семейного воспитания, являются основным патогенетическим фактором, обуславливающим возникновение детских неврозов. К примеру, А.Е. Личко и Э.Г. Эйдемиллер также изучавшие этот вопрос, решили выделить шесть типов семейного воспитания детей с акцентуированными чертами характера и с психопатиями [35].

1. Гипоопека – характеризуется отсутствием необходимой заботы о ребенке со стороны родителей. При этом типе отношений ребенок, как правило предоставлен самому себе, чувствует себя брошенным и одиноким.

2. Доминирующая гиперопека – предполагает окружение ребенка излишней заботой, блокируя его самостоятельность и инициативу. Гиперопека проявляется в виде доминирования родителя над ребенком, игнорировании его реальных потребностей и жестком контроле над детским поведением. Одним из вариантов гиперопеки является потворствующая гиперопека, проявляющаяся в стремлении родителей удовлетворять все потребности и капризы ребенка – кумира семьи.

3. Эмоциональное отвержение – проявляется в неприятии ребенка во всех его проявлениях; может проявляться явно и скрыто, в виде иронии, высмеивания. Источником серьезных искажений (включая невротические) формирующиеся личности подростка является воспитание в условиях эмоционального отвержения ребенка одним или обоими родителями. Такое

воспитание вызывает у ребенка склонность к реакциям активного и пассивного протеста, закрепление которых способствует патологическому формированию личности с тенденцией к девиантному поведению [69].

4. Жестокие взаимоотношения – также могут проявляться явно (в виде физического насилия) или скрыто (в виде эмоциональной враждебности и холодности). Например, если к ребенку проявляется со стороны родителей гиперопека или же эмоциональное отвержение, то при активной попытке привлечения внимания ребенком, к нему могут применить физическое насилие. В случаях условия повышенной моральной ответственности за плохую успеваемость по учебе, ребенок может получить как явное, так и скрытое проявление враждебности.

5. Условия повышенной моральной ответственности. В таких случаях родители питают большие надежды в отношении будущего своего ребенка, его успехов, его способностей и талантов. Они нередко лелеют мысль, что их потомок воплотит в жизнь их собственные несбывшиеся мечты. В другом случае условия повышенной моральной ответственности создаются, когда на малолетнего подростка возлагаются недетские заботы о благополучии младших и беспомощных членов семьи [69].

6. Противоречивое воспитание. В одной семье каждый из родителей, а тем более бабушки и дедушки могут придерживаться неодинаковых воспитательных стилей, сочетать несовместимые воспитательские подходы, осуществлять разные виды неправильного воспитания. При этом члены семьи конкурируют, а то и открыто конфликтуют друг с другом. Например, могут сочетаться доминирующая гиперопека со стороны отца и потворствующая со стороны матери, эмоциональное отвержение со стороны родителей и потворствующая гиперопека со стороны бабушки. Подобные ситуации

оказываются особенно пагубными для ребенка, создавая большой риск для удара по слабым сторонам его характера [69].

Если проанализировать описанные авторами типы семейного воспитания, то можно сказать, что лишь несколько из них приводят к здоровой самооценке ребенка. Следует обратиться к исследованиям и выяснить чем на данный момент пользуются родители и к каким типам воспитания они чаще прибегают.

1.2. Психологические исследования проблемы самооценки ребенка в русской и зарубежной литературе

Самооценка эмоционально насыщенными оценками самого себя как личности, собственных способностей, нравственных качеств и поступков; один из важных регуляторов поведения. Самооценка определяет взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, строгость к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым самооценка влияет на продуктивность деятельности человека и развитие его личности. Самооценка тесно связана с уровнем притязаний, целей, которые человек ставит перед собой. Адекватная самооценка позволяет человеку правильно сопоставлять свои силы с задачами разной трудности и с требованиями окружающих. Неадекватная (заниженная или завышенная) самооценка ломает внутренний мир личности, искажает её мотивационную и эмоционально – волевую сферы и тем самым препятствует гармоничному развитию.

Самооценка формируется под влиянием тех оценок, которые дают человеку другие люди, а также в результате сопоставления образа реального «Я» (каким человек видит себя) с образом идеального «Я» (каким человек

желает себя видеть). Высокая степень совпадения между этими образованиями соответствует гармоничному душевному складу личности.

Проблема самооценки как одна из центральных проблем психологии личности отражена в работах российских и зарубежных учёных: Б.Г. Ананьева, Р. Бернса, Л.С. Выготского, В.С. Мухиной, У. Джеймса, С.Л. Рубинштейна и др.

Понятие, структуру, функции, проблему развития самооценки обсуждали в своих трудах Р. Бернс, И.С. Кон, А.И. Липкина, К. Роджерс, Э. Эриксон и др. психологи.

Изучению самооценки в дошкольном возрасте посвящены исследования Л.И. Божович, М.И. Лисиной, А.И. Сильвестру, Г.А. Урунтаевой, и др.

Эти работы описывают сущность самосознания и самооценки, механизмы и факторы их формирования в дошкольном возрасте. Однако, интерпретация самооценки у разных ученых неоднозначна: одни склоняются к тому, что самооценка является личностным образованием, контролирующим поведение и деятельность человека, другие считают, что самооценка является автономной характеристикой личности, её центральным компонентом, отражающим своеобразие внутреннего мира личности и формирующимся при её активном участии.

В современной психологии накоплен значительный опыт изучения самооценки, что обусловлено, прежде всего, её важной ролью в становлении личности. Первыми научный интерес к феномену самооценки проявили философы в контексте изучения самосознания, где акцент фокусировался на изучении способности человека отражать внешний мир и себя в нём (Р. Декарт, И. Кант, Г.В. Лейбниц и др.).

Самосознание трактуется с точки зрения его гносеологической сущности, выясняется соотношение с объективным бытием субъекта. В связи с этим Гегель отмечал, что индивид открывает своё «Я» не путём интроспекции, а через других, в процессе общения и деятельности, переходя от частного к общему. Фейербах подчёркивал зависимость самосознания от материальных условий и называл телесное начало человека основной сущностью «Я». К. Маркс разделяя мнение Л. Фейербаха о том, что человеческое «Я» формируется в общении и через общение, выступал против сведения генезиса «Я» к непосредственному межличностному взаимодействию.

Он ставил индивидуальное «Я» в связь с конкретным процессом жизнедеятельности индивида, а через неё – со всей совокупностью общественных отношений, продуктом и субъектом которых является индивид.

Можно констатировать, что философы определяли человека как самооценивающее существо, что невозможно без самооценки.

Рассмотрим, как же философские взгляды преломились в психологии. Во второй половине века самосознание становится предметом психологического анализа. Определяется подход к понятию и его изучению в психологической науке. Так философское понимание самосознания – это выделение субъектом себя из объективного мира и самопознание, в психологии – осознание индивидом отношения к себе и оценка себя. При этом большинство отечественных и зарубежных психологов признают самооценку одним из ведущих структурных компонентов самосознания (Р. Бернс, Ч. Кули, В.С. Мерлин и др.).

Впервые психологическое обоснование термина «самооценка»

появляется в работе У. Джеймса, который понимает её как эмоциональное образование и трактует как удовлетворенность или неудовлетворённость субъекта собой. У. Джеймс [8] относил самооценку к «первичным эмоциям», поставил её в одном ряду с болью и гневом. Самооценка, по его мнению, это самоотношение, удовлетворенность или неудовлетворенность субъекта собой. Автор вывел формулу самооценки, которую обозначал термином «самоуважение»: «Наше довольство собой в жизни, - писал он, - обусловлено всецело тем, к какому делу мы себя предназначаем. Самоуважение определяется отношением наших действительных способностей к потенциальным, предполагаемым - дробью, в которой числитель выражает наш действительный успех, а знаменатель - наши притязания: самоуважение = успех /притязания» [6].

Согласно У. Джеймсу уровень самоуважения порождается двумя противоположными тенденциями: тенденцией поддерживать свою самооценку, свой успех в деятельности на как можно более высоком уровне; тенденцией снижать свои притязания, чтобы не потерпеть неудачи и тем самым не нанести ущерба привычной самооценке. Умение «примирить» эти тенденции и в ходе конкретной деятельности реалистически отнестись к себе, к своим достижениям - одно из важных условий эффективности деятельности и развития личности. От уровня достижений в деятельности зависит уровень притязаний личности. Поэтому так важно, чтобы уровень достижений соответствовал реальному вкладу труда и творчества человека в деятельность, тогда уровень притязаний его будет оправдан. В противном случае притязания будут формироваться как бы на «пустом месте», что может привести человека к разочарованию не только в деятельности, но и в себе самом, к нервному срыву и т.д. [5].

По мнению Р. Бернса [3] структура «Я-концепции» связана с самооценкой, где самооценка – есть совокупность установок «на себя», сумма всех представлений индивида о самом себе, сопряженных с их оценкой» [3, с. 30].

Анализ более поздних работ показал, что у исследователей не сложилось единого подхода к пониманию самооценки, её природы и содержания. Л.В. Бороздина эту ситуацию объясняет тем, что разные психологические школы данный феномен трактовали по-разному с точки зрения своего предмета и принятой теоретической позиции [8].

Ученый считает, что понятие самооценки нужно рассматривать в ракурсе определенной системы ценностей. В свете этого, самооценка является критической позицией индивида в отношении того, чем он обладает, это оценка с позиции ценностей [8, с.99].

Рассмотрим существующие взгляды и подходы к определению самооценки и её природы в зарубежных и отечественных подходах. В рамках психоаналитической теории (З. Фрейд и др.) самооценка изучается как механизм, обеспечивающий согласованность требований субъекта к себе с внешними воздействиями и условиями среды, которая трактуется как враждебная человеку.

Представители этого направления источником оценки для личности определяют супер-Эго, формирующееся как результат слабости Эго по отношению к родительским запретам, успешная интериоризация которых ведёт к становлению высокой самооценки. Выход из конфликтного состояния «видится» только через осознание личностью своего реального «Я». Представители психосоциального направления (У. Джеймс, Г. Салливан и другие) основную роль в развитии Я-концепции отводят специфике

взаимоотношений субъекта со средой.

Джеймс выделил в структуре «Я» два компонента: «Я как субъект» и «Я как объект». Значительное число исследователей считают, что именно Джеймс наметил «разведение» самооценки на когнитивный и эмоциональный компоненты. В гуманистической научной школе (Р. Бернс, А. Маслоу, К. Роджерс и др.) постулировали неизбежность конфликта между самооценкой и возможностями человека и связывали явление с развитием у личности чувства самоуважения, позитивного отношения ко всему, что входит в сферу «Я», ощущения собственной ценности.

В школе К. Левина феномен изучался в контексте эмоционально – потребностной сферы (Т. Дембо, Ф. Хоппе и другие). Исследователи утверждали, что самооценка зависит от успешности выполнения личностью определённых заданий. В отечественной психологии выделилось также несколько подходов к пониманию самооценки.

Большинство отечественных психологов считают, что самооценка – это важнейший структурный компонент самосознания личности, его ведущее структурное образование (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.В. Бороздина, А.В. Захарова, В.П. Левкович, А.Б. Орлов, А.В. Петровский, С.Л. Рубинштейн, Е.Т. Соколова, В.В. Столин, П.Р. Чамата И.И. Чеснокова и др.). Ряд авторов соотносят самооценку с образом Я или концепцией Я в целом (И.С. Кон, И.А. Конева, М.И. Лисина, Р.Б. Стеркина, и другие).

Например, И.С. Кон рассматривает самооценку индивида как один из компонентов «образа Я», отмечая, что рассмотрение отдельных компонентов «Я» должно происходить в контексте «образа Я» как системного образования, т.е. происходит сопоставление самооценки индивида с его реальным поведением, способностями и оценкой их окружающими [12].

Согласно Л.И. Божович, «самооценка представляет собой форму отражения человеком самого себя как особого объекта познания, репрезентирующую принятые им ценности, личностные смыслы, меру ориентации на общественно выработанные требования к поведению и деятельности; является социальным образованием, функционирующим как компонент самосознания и участвующим в саморегуляции» [4, с. 84].

В некоторых исследованиях самооценка представлена как самоотношение (Е.Н. Андреева, С.Р. Пантлеев, Н.И. Сарджвеладзе, В.В. Столин и др.). Самооценка является результатом интегративной работы, затрагивающей сферу самопознания с одной стороны, и сферу эмоционально-ценностных самоотношений – с другой. С.Р. Пантлеев считал, что отношение субъекта к самому себе реализуется когнитивной активностью, эмоциональными реакциями и системами действий в адрес самого себя [3].

Б.Г. Ананьев относит самооценку к важному компоненту самосознания. Самооценка сводится к оцениванию личностью самой себя, своих физических и психических возможностей, качеств, своего положения среди других людей и определяет ее активность, отношение к себе и другим людям [1]. Похожее определение дает В. Сатир, где самооценка есть компонент самосознания, оценка самого себя (своей внешности, особенностей, личностных качеств), чувства, мысли человека по отношению к самому себе» [20, с. 72].

Существует также подход, в котором самооценка определяется как интеллектуальное действие и характеризуется рефлексивным характером. В связи с этим, Л.С. Выготский отмечал, что именно рефлексия позволяет человеку наблюдать себя со стороны собственных чувств, внутренне дифференцировать «Я» действующее, рассуждающее, оценивающее [22]. А.В. Захарова, основываясь на работах Л.С. Выготского, подчеркивала, что

рефлексивность при самооценке является показателем высокого уровня её развития [16].

В ряде научных источников самооценка рассматривается как личностное образование, которому отводится центральное место в общем контексте формирования личности (А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин).

Например, А.Н. Леонтьев [33] понимает самооценку как одно из существенных условий, благодаря которому из индивида формируется личность. Причем самооценка становится своеобразным мотивом, побуждая стремиться к соответствию между уровнем ожиданий и требований окружающих и уровнем собственных притязаний.

Именно самооценка, как отмечают исследователи, в значительной мере влияет на развитие способностей, на проявление активности, на особенности личностных смыслов, обеспечивает высокий уровень волевой регуляции и сознательное управление своим поведением (М.И. Боришевский, А.П. Копылова, А.И. Липкина, Е.В. Шолохова и другие).

Таким образом, самооценка характеризующийся эмоционально насыщенными оценками самого себя как личности, собственных способностей, нравственных качеств и поступков; важный регулятор поведения. Самооценка определяет взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым влияет на эффективность деятельности человека и развитие его личности.

Самооценка тесно связана с уровнем притязаний, целей, которые человек перед собой ставит. Адекватная самооценка позволяет человеку правильно соотносить свои силы с задачами разной трудности и с требованиями окружающих. Неадекватная (завышенная деформирует

внутренний мир личности, искажает её (или заниженная) мотивационную и эмоционально-волевыми сферами и тем самым препятствует гармоничному развитию. Самооценка складывается под влиянием тех оценок, которые дают человеку другие люди, а также в результате сопоставления образа реального «Я» (каким человек видит себя) с образом идеального «Я» (каким человек желает себя видеть). Высокая степень совпадения между этими образованиями соответствует гармоничному душевному складу личности.

С. Хартер описывает самооценку как степень, согласно которой человек ценит себя [43]. Штеффенхаген утверждает, что «самооценка есть самоуважение, ядро личности, выступающее в качестве основы поведения человека, которое может быть нормальным или патологическим» [45]. К. Роджерс определяет самооценку как оценочный аспект «Я-концепции» [62].

В работах Е. И. Кульчицкой, Р. Н. Ибрагимовой, Р. Х. Шакурова, Т. М. Титаренко показано, что самооценка выступает как предпосылка формирования моральных чувств ребенка и развития его нравственной регуляции. Опыт деятельности, общения и взаимодействия с другими людьми, успешность являются источниками формирования самооценки. Самооценка выполняет функцию регуляции поведения и деятельности в соответствии с нормами, принятыми в обществе, тем самым является важнейшей личностной инстанцией.

Основываясь на анализе научных исследований Т. В. Антоновой, А. А. Рояк, Т. А. Репиной было выявлено, что у детей существуют трудности в игровом общении и они как раз связаны с высокой или заниженной самооценкой. Генеральной линией становления самооценки на начальной ступени образования является знание о границах своих возможностей и ограничений, знаний и незнаний, умений и неумений [62].

Условием, способствующим ее развитию, является становление рефлексивности, проявляющейся в умении проанализировать свои действия, видеть себя и свои действия со стороны, и допускать другие мнения и точки зрения. Рост самооценки сопровождается расширением диапазона критериев оценок, их соотнесенностью, обобщенностью, отсутствием категоричности, присутствием аргументированности, объективности.

В исследованиях А. И. Липкиной доказывается, что дети обладающие рефлексией в самооценке проявляют чуткость к требованиям других детей, коммуникабельность, общительность, стремятся соответствовать к проявляемым им требованиям со стороны взрослых, имеют авторитет в среде сверстников. И наоборот, отсутствие рефлексии в самооценке и недостаточное усвоение содержания нравственных качеств ведет к ограничению ее регулятивных функций, которая проявляется в конфликтности, настороженности в отношениях с другими детьми.

Варианты нарушения развития самооценки:

1. Формирование заниженной самооценки. Обнаруживается в проявлениях тревожности и неуверенности детей в себе и своих силах, возможностях, отказе от кажущихся ребенку трудных или объективно трудных заданий, демонстрации беспомощности [63]. Распространенным путем коррекции будет являться адекватные оценки воспитателем достижений ребенка, объяснение того, что еще нужно сделать на фоне достигнутого результата.

2. Формирование завышенной самооценки. Проявляет себя в демонстративном поведении, доминировании, неадекватных реакциях на оценку взрослого, игнорировании своих ошибок. Воспитатель в данном случае должен проявлять нейтральное и спокойное отношение, продуманную

систему требований, поддержку и доброжелательность, оказание помощи в трудных для ребенка ситуациях.

Неадекватно завышенная самооценка характеризуется как сложный эмоционально-поведенческий комплекс, который обусловлен актуализацией системы защитных механизмов человека не позволяющих ориентироваться в поведении на адекватную самооценку. Личностная саморегуляция, которая основывается на самооценке, обеспечивает включенность в мотивационно-смысловую сферу ребенка, формируется в ходе деятельности и отношении к себе, неразрывно связана с развитием рефлексии, усвоением нравственно-этических норм и оценивания поступков с их точки зрения. Кроме того, она связана с развитием мышления, которое позволяет дифференцировать самооценку по ее содержанию.

Выделяются следующие критерии сформированности произвольной регуляции своего поведения и деятельности, основанные на умениях:

- выбирать средства для организации своего поведения;
- удерживать правило или инструкцию в памяти;
- планировать, контролировать, выполнять действие по образцу или правилу, которые заданы;
- предвосхищать результаты своих действий и их ошибки;
- начинать выполнение действия и вовремя заканчивать; тормозить реакции, не имеющие отношение к цели.

Подводя итог параграфа 1.2, сделаем следующий вывод: несмотря на достаточно обширный теоретический и методологический материал в психологии до сегодняшнего времени не сложилось единого понятийного определения самооценки личности. Приведенные выше определения самооценки указывают на единую характеристику для всех определений

самооценки – это оценка личности самой себя. Самооценка определяет взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Тем самым влияет на эффективность деятельности человека и развитие его личности. Самооценка тесно связана с уровнем притязаний, целей, которые человек перед собой ставит. Адекватная самооценка позволяет человеку правильно соотносить свои силы с задачами разной трудности и с требованиями окружающих. Неадекватная (завышенная деформирует внутренний мир личности, искажает её или заниженная) мотивационную и эмоционально-волевыми сферами и тем самым препятствует гармоничному развитию. Самооценка – очень сложное и неоднородное явление, включающее определенное количество компонентов, установок на себя, на окружающих, на действительность. Понимание сущности самооценки, особенностей ее развития и формирования, определение факторов, влияющих на ее становление считается на наш взгляд по праву одной из самых актуальных задач современной психологической науки и требует подробного рассмотрения ее экспериментальным путем.

1.3. Особенности формирования самооценки личности у детей воспитывающиеся в семьях с разным типом воспитания

Изучив работы исследователей детского воспитания, и просмотрев на примеры, как в разных странах воспитывают родители своих детей, можно сказать, что есть многие типы семейного воспитания, которые сказываются негативно на становлении ребенка как психологически здоровой личности со стабильной самооценки. Давайте разберемся, как тип воспитания может

повлиять на самооценку ребенка.

Самооценка – уровень оценки человеком себя, своих возможностей и действий. Не секрет, что самооценка играет большую роль в формировании ребенка как личности, потому очень важно обращать внимание на правильное формирование отношения ребенка к самому себе и миру в целом. По большей части значимость в становлении самооценки играет семья, поскольку именно от реакции родителей и близких людей будет зависеть то, как ребенок будет воспринимать себя [40].

У каждого ребенка уже есть некий набор внутренних качеств и характеристик, однако самооценка в детстве довольно хрупкая, и имеет возможность неоднократно меняться в зависимости от окружающих его обстоятельств. Потому родителям стоит позаботиться о формировании адекватной самооценке своего ребенка.

В детском возрасте самооценка складывается из суждений взрослых, то есть родителей, а в школе из суждений учителей, а также сверстников. С рождения ребенок не знает ни правил жизни в мире, ни понимания о поведении, ничего не знает и не умеет, а значит на начальном этапе жизни ребенка всему научить и все объяснить должен родитель. В зависимости от реакции родителя на действия ребенка и будет строиться его самооценка, ведь родителей разочаровывать не хочется [35].

Также стоит объяснить ребенку о не идеальности мира, что невозможно знать и уметь все. Для повышения самооценки также имеет смысл помочь ребенку найти и раскрыть талант. Это может помочь и как дополнительная заинтересованность ребенка в новом и неисследованном, ведь чтобы найти талант, порой приходится приложить немало усилий.

Основываясь на статистику ВОЗ можно утверждать, что у детей 10-19

лет каждый седьмой имеет психологические расстройства. Ведущие причины заболеваний и инвалидности – это депрессия, тревожность, и поведенческие нарушения. У 3,6% детей 10-14 лет развивается тревожное расстройство, у 1,1% встречается депрессия, у 3,1% встречается СДВГ и 3,6% имеют расстройство поведения. Употребление наркотиков и алкоголя встречается у 13,6 и 4,7% всех подростков в мире, а это 14% от общего населения планеты. Раннее употребление этих веществ приводит к четвертой по значимости причине смертности в раннем возрасте, это суицид и самоповреждение. Эти психологические проблемы связаны между друг другом уровнем низкой самооценки, которая проявляется за счет разрушающего личность типа воспитания ребенка в семье [66].

Как же все-таки различные типы семейного воспитания сказываются на них в возрасте 7-12 лет.

Авторитарный тип воспитания в виду своей строгости и ограничения ребенка развивает в нем неуверенность и низкую самооценку. Такие дети, попадая в школьный коллектив, первый их социум, могут пострадать из-за заложенных в них неправильных поведенческих качеств. К примеру ученик, который плохо понимает тему и воспитанный этим стилем побоится выйти к доске или уточнить у учителя как лучше понять материал, потому что не хочет быть высмеянным, из-за этого появляется плохая успеваемость, которая усугубляет психику уже дома получаемым давлением от родителей. Дальнейшее взросление в такой обстановке приведет к тому, что ребенок может получить тревожное расстройство в виду своей низкой самооценки, выработанной воспитанием. Данный тип воспитания также может сыграть по-другому, ребенок будет покладистым и послушным лишь при родителях, поскольку боится наказания, а в случае отсутствия такого сдерживающего

фактора он будет неуправляемым и непредсказуемым. Ребенок может быть агрессивным и конфликтным по отношению к окружающим, что также не даст ему возможность влиться в общество [66].

Либеральный тип воспитания. Конечно, он отличается от предыдущего типа воспитания большей свободой и бесконтрольностью, и благодаря этому ребенок может не понимать некоторых вещей. Дети, воспитанные по этому типу часто не способны принимать решения самостоятельно, имеют неуверенность в себе и не понимают установленные нормы общества. По сути, он познает мир сам. Из-за этого попадая в социум в раннем возрасте он может пойти по пути ребенка прошлого типа, но без давления родителей, это может привести к неуспеваемости в учебе, которая будет сказываться так же на самооценке ребенка. Эти факторы самопознание мира, и непонимание норм, заложенных обществом, могут заложить в ребенка поведенческие расстройства. Уже закладывая в детском возрасте такие проблемы будут выливаться в то, что, ребенок с низкой самооценкой может начать увлекаться вредными привычками, чтобы иметь возможность влиться хотя бы в «плохую компанию и чувствовать себя нужным [70].

Безразличный тип воспитания является, наверное, одним из худших типов из всех, если вообще можно назвать воспитанием. По своей сути в семьях, где родители используют этот тип ребенок, получает никакого внимания со стороны родителей, которые могли быть. Ребенку требуется внимание, а при таком «воспитании» ребенок получает буквально ничего, кроме безразличного отношения в его сторону, его словно не существует. Ведь родители заняты другими делами, а ребенок сам по себе, и никому он не нужен. Или же в виду не заложенных каких-либо норм в учебе ребенок не будет поспевать из-за чего у него будет ухудшаться самооценка и дальнейшее

скатывание вниз как личности.

С таким подходом у ребенка может развиваться: тревожное расстройство, СДВГ, или же нарциссизм, как защитная реакция, в попытке быть наравне с другими, влиться в общество и занять мнимую высокую самооценку. Результат этого всего в том, что неизвестно каким вырастет ребенок, но явно нездоровой личностью. И пример Бразилии, стран Южной Америки, Бедных стран Востока и Азии, где из-за финансового неблагополучия родители чисто физически не могут обращать внимание на ребенка и заниматься, хоть и стараются делать все возможное.

Авторитетный тип воспитания. Родители, которые придерживаются его также используют строгие правила, вместе с ними родители покрывают эмоциональные потребности ребенка, которые заключается в похвале ребенка за любую инициативу и самостоятельность. Они помогают и поддерживают ребенка, дают ему и любовь, и нежность. При таком типе воспитания, с возрастом у ребенка появляется новая ответственность, соответствующая его силам, знаниям, умениям, и возрасту. Родители всегда прислушиваются к мнению ребенка, а ребенок в свою очередь прислушивается к мнению родителей, и доверяет им. При таком типе семейного воспитания формируется стабильная, адекватная самооценка, ребенок в состоянии постоять за себя, с легкостью находит новые знакомства и адаптируется в обществе. Психика у таких детей будет стабильной и устойчивой. Этот тип является самым сбалансированным, среди остальных типов семейного воспитания, и позволяет расти ребенку с адекватным восприятием себя и окружающего его мира [70].

Отдельно выделим типы, описанные Эйдемиллером. В чем-то каждый из описанных им типов воспитания схож по влиянию с описанными выше,

поэтому давайте разберем чем они отличаются и как могут сказываться на самооценку ребенка [69].

1. *Гипоопека*. Она характеризуется отсутствием как таковой необходимой заботы за ребенком со стороны родителей. При таком типе воспитания ребенок не ощущает себя полноценным членом семьи, его жизнь предоставлена самому себе и провоцирует низкую самооценку за счет ощущения оставленности и ненужности. Таким образом данный тип схож с Либеральным типом семейного воспитания.

2. *Доминирующая гиперопека*. Предполагает освобождение ребенка от любых нагрузок, как физических, так и моральных. Родители все делают за ребенка, не давая ему возможности хоть как-то проявить себя. Игнорируются реальные потребности и интересы ребенка, и жестко контролируется поведение.

Один из вариантов гиперопеки является потворствующая гиперопека, которая проявляется в стремлении удовлетворить все потребности ребенка как самого важного в семье. При первом варианте гиперопеки у ребенка может развиваться как завышенная, так и заниженная самооценка. Завышенная самооценка проявляется из-за нарушения понятия норм общества, в виду принятия доминации родителей как должное. Для ребенка такое отношение к своей личности становится нормой, и очень негодует, когда посторонние люди ведут себя иначе. Заниженная самооценка проявляется при несопротивлении родителям в их доминации, и согласии подчиняться их правилам, из-за чего присутствует страх самостоятельности и боязнь самовыражения. При втором варианте гиперопеки у ребенка скорее всего сложится завышенная самооценка, из-за вышеописанных качеств. Отметим, что данный тип воспитания зачастую не проявляется в чистом виде,

а идет в дополнение к другим типам воспитания. Зачастую еще больше усугубляя влияние на самооценку [69].

3. *Эмоциональное отвержение.* Проявляется в эмоциональном неприятии ребенка в семье, и во всех его проявлениях: явные и/или скрытые, в виде иронии, высмеивании. Причиной отвержения могут являться как один, так и оба родителя. При яром неприятии ребенка, особенно обоих родителей, на него могут оказывать как физическое, так и психологическое насилие. Из чего следует, что в таком случае у ребенка вырабатывается нарушение понимания норм общества и дальнейшая заниженная самооценка. При менее ярком отвержении ребенка в семье, родители зачастую будут проявлять психологическое насилие, нежели физическое. Из этого следует, что у ребенка также сложится нарушение понимания норм общества, и возможно менее сниженная самооценка, чем при яром неприятии родителями в семье. У ребенка на фоне осознания неприятия родителями может сформироваться активная или пассивная протестные реакции, именно они ведут к нарушению понимания норм общества в виде защитной реакции, которая, в свою очередь, способствует поднятию самооценки за счет сопротивления насилию со стороны родителей. Также оно имеет возможность идти в комплекте с другим типом воспитания.

4. *Жесткие взаимоотношения.* Может проявляться аналогично, как и эмоциональное отвержение, явно или скрыто. При видимом отношении родители применяют физическое насилие. В скрытом виде проявляется как эмоциональная враждебность или хладное поведение по отношению к ребенку. Данный тип воспитания вызывает лишь низкую самооценку, а также идет только в дополнение к другим типам.

5. *Условия повышенной моральной ответственности.* Родители,

воспитывающие по такому типу воспитания, считают, что ребенок должен добиться больших успехов. Они испытывают большие надежды на его способности и таланты, которых может и не быть. Зачастую родители перекладывают свои несбывшиеся мечты на личность ребенка, считая, что тот обязан преуспеть в том, чего не достиг родитель. В ином случае эти условия возникают, когда ребенку приходится заниматься не тем, чем положено в его возрасте. Из-за этого у него формируется низкая самооценка, поскольку он считает, что не справляется с поставленной ему задачей, хотя и не должен с ней справляться. Также может идти в дополнение к типу воспитания [32].

6. *Противоречивое воспитание.* Возникает в связи с различными взглядами членов семьи на типы воспитания ребенка. Часто из-за этого они конкурируют между собой, и в особо крайних случаях конфликтуют друг с другом. Например: старшее поколение, воспитанное авторитарным типом, считает, что ребенка стоит воспитывать также, как воспитывали их, а они родителей ребенка. Родители, изучавшие детскую психологию, считают, что ребенка стоит воспитывать иначе, а именно по авторитетному типу. Из-за этого постепенно возникает конкуренция за внимание ребенка, а при явном проявлении типа воспитания другой стороны начинают возникать конфликты.

Ребенок, зачастую будучи свидетелем данных факторов, и прямым их участником, начинает путаться в себе, что приводит к занижению чувства собственного достоинства. Из чего следует, что у ребенка формируется низкая самооценка. В случаях, когда родители используют более свободный тип воспитания, то у ребенка может возникнуть высокая самооценка. Данный тип воспитания является проявлением смешения типов воспитания.

Выводы по главе 1.

Адекватная самооценка ребенка основывается на благополучном типе семейного воспитания. Семья, в которой растет ребенок, играет большую роль в адекватном психологическом развитии и самооценке ребенка. Потому при анализировании самооценки детей стоит обращать большое внимание на отношение к ребенку в семье.

Понятие детской самооценки в силу возраста определяется как неустойчивая, имеющая возможность меняться в зависимости от обстоятельств, отношения к ребенку родителей, учителей и сверстников. Изначально самооценка строится на отношении родителей и близких родственников по отношению к ребенку, именно они закладывают начало самооценки своими действиями, суждениями и типом воспитания.

Именно семья играет важную роль в благополучном развитии личности ребенка. Смотря на родителей, ребенок учится новому, учится основам взаимоотношений между людьми, каким образом допустимо общаться с другими, а как делать не стоит. Родители являются главными фигурами в жизни ребенка, потому им также стоит следить за своим поведением, а не просто говорить ребенку как ему стоит делать, а что делать нельзя, от их действий зависит то, какие нормы и правила усвоит ребенок.

Было рассмотрено определение понятий «стиль воспитания», «стилевые особенности воспитания» были. Вслед за А.Л. Венгером само понятие «стиль воспитания» мы будем понимать, как «стиль взаимоотношений с ребенком в семье, характеризуемый степенью контроля, заботы и опеки, теснотой эмоциональных контактов между родителями и ребенком (эмоционально теплый – эмоционально холодный), характером руководства поведением

ребенка со стороны взрослых (демократический – авторитарный), количеством запретов (ограничительный – попустительский) и т.п.».

Процесс воспитания один из сложнейших и важнейших вещей, ведь за ребенком нужно постоянно присматривать, объяснять, что и как происходит, прививать нормы общения с другими людьми, помогать ребенку в изучении мира в целом.

Адекватная самооценка ребенка предполагает его здоровое восприятие себя и окружающего мира, что сказывается на его сферы жизни, такие как семья и школа. Помогает ребенку справляться с трудностями, дает умение постоять за себя, проявляет интерес к новому, и не боится выходить в свет.

Низкая самооценка будет лишь мешать ребенку в повседневной жизни. Он будет неспособен защитить себя, не сможет коммуницировать с окружающими людьми, потому что будет их бояться, или нарываться на конфликт.

В зависимости от типа воспитания в семье также складывается отношение ребенка к миру и к людям, авторитетный тип воспитания поможет ребенку не только в формировании адекватной самооценки, но и в адекватном отношении и восприятии окружающих. Анализ научной литературы позволил выявить, что прослеживается взаимосвязь между самооценкой и типом взаимоотношений в семье.

Адекватная самооценка и хорошая социальная и личная адаптированность, сочетаются с наличием теплых, доверительных отношений между детьми и родителями. Дети с низкой самооценкой, выраженным чувством собственной изолированности и ненужности, малой социальной активностью и неудовлетворенностью в межличностных контактах имели негативный опыт внутрисемейных отношений. Стиль родительского

воспитания зависит от особенностей личности родителей, эмоционального принятия или отвержения ребенка, степени контроля и выраженности стремления к социальной желательности.

Глава 2. Эмпирическое исследование влияния типов семейного воспитания на формирование самооценки личности ребенка

2.1. Констатирующий этап экспериментальной работы по влиянию типов семейного воспитания на формирование самооценки личности ребенка

Базой исследования выступил КГУ «Тобольская общеобразовательная школа отдела образования района Беимбета Майлина» Управления образования акимата Костанайской области. В экспериментальной работе приняли участие младшие школьники, которые обучались в 3 «Б» (24 человека) и 3 «В» (22 человека), возраст детей 8-9 лет. Также в исследовании приняли участие 18 родителей данных детей.

Для подтверждения гипотезы о взаимосвязи типов воспитания на самооценку ребенка были подобраны психодиагностические методики.

Эмпирическое исследование включало в себя следующие этапы:

1. Подготовительный: анализ проблем для исследования, подбор соответствующих методик для последующего сбора данных.
2. Исследовательский: Инструктаж тестируемых и проведение методик.
3. Обобщающий: Обработка результатов, анализ, интерпретация и выводы данных.
4. Рекомендательный: Дальнейшие рекомендации для испытуемых.

Гипотеза исследования: уровень самооценки детей 8-9 лет с неудовлетворительным типом семейного воспитания будет ниже, чем уровень самооценки у детей 8-9 лет при удовлетворительном типе семейного воспитания.

Частная гипотеза: особенности низкой самооценки у детей 9-10 лет проявляются при неблагоприятном типе семейного воспитания, в котором ребенок не получает должного внимания, поддержки, эмоционального отклика, игнорируется существование ребенка.

Эмпирическое исследование проводилось на базе практики КГУ «Тобольская общеобразовательная школа отдела образования района Беимбета Майлина» Управления образования акимата Костанайской области и при помощи онлайн-опроса. Опрос был проведен при помощи мессенджера «Telegram» и социальной сети «ВКонтакте». Инструктаж проводился также при помощи мессенджера и социальные сети.

В эмпирическом исследовании использовались такие методики:

«Анализ семейных взаимоотношений Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В (Приложение 1) [69].

Данный тест существует в двух вариациях, для детей и подростков.

Рассмотрим вариант только для детей. Опросник предназначен для изучения влияния родителей на воспитание ребенка 3-10 лет, и диагностике типов негармоничного родительского воспитания. Методика также помогает выявить нежелательное и неверное влияние членов семьи друг на друга, а также обнаружить нарушение ролей в семье.

Описание методики:

Опросник содержит 130 утверждений, касающихся воспитания детей, в которые заложены 20 шкал. Первые 11 шкал отражают основные стили воспитания в семье, 12, 13, 17, 18 шкалы дают представление о структурно-ролевом аспекте жизнедеятельности семьи. 14 и 15 шкалы демонстрируют особенности функционирования систем взаимных влияний. 16, 19 и 20 шкалы демонстрируют работу механизмов семейной интеграции.

При помощи методики можно выявить устойчивые сочетания, которые формируют типы неправильного воспитания:

– Потворствующая гиперпротекция (Г+, У+, Т-, З-, С-). Ребенок находится в центре внимания семьи, которая стремится к максимальному удовлетворению его потребностей. Этот тип воспитания содействует развитию демонстративных (истероидных) и гипертимных черт характера у ребенка.

– Доминирующая гиперпротекция (Г+, У±, Т±, З+, С±). Ребенок также находится в центре внимания родителей, которые отдают ему много сил и времени, но в то же время лишают его самостоятельности, ставя многочисленные ограничения и запреты. У гипертимных подростков такое воспитание усиливает реакцию эмансипации. При тревожно-мнительной (психастенической), сенситивной, астеноневротической акцентуациях характера доминирующая гиперпротекция усиливает астенические черты.

– Эмоциональное отвержение (Г-, У-, Т±, З±, С±) включает в себе сочетание пониженной протекции и игнорирование потребностей ребенка и нередко проявляется в жестком обращении с ним. В крайнем варианте – это воспитание по типу «Золушки». При таком воспитании усиливаются черты эпилептоидной акцентуации характера, а у подростков с эмоционально-лабильной, сенситивной и астеноневротической акцентуациями характера могут формироваться процессы декомпенсации и невротические расстройства.

– Повышенная моральная ответственность (Г+, У-, Т+) образуется сочетанием высоких требований к ребенку и одновременно с этим понижением внимания к нему со стороны родителей, меньшей заботой о нем. Этот тип воспитания стимулирует развитие черт тревожно-мнительной

(психастенической) акцентуации характера.

– Гипопротекция (гипоопека, безнадзорность) (Г-, У-, Т-, З-). Ребенок представлен сам себе, родители не интересуются им и не контролирует его. Такое воспитание особенно неблагоприятно при акцентуациях гипертимного, неустойчивого и конформного типов.

– При жестоком обращении родителей с детьми (Г-, У-, Т±, З±, С+) на первый план выходит эмоциональное отвержение, проявляющееся наказаниями в форме избиений и истязаний, лишением удовольствий, неудовлетворением их потребностей.

Методика «Стратегии семейного воспитания» Степанов С.С. (Приложение 2) [59].

Методика содержит 10 вопросов, и предназначена для оценки стратегии типа семейного воспитания: авторитетного, авторитарного, либерального, индифферентного. Чем больше выделяется один из ответов, тем больше выражен в семье данный тип воспитания.

«Лесенка» Щур В.Г. (Приложение 3) [36].

Методика помогает выявить уровень самооценки у ребенка, и в случае неудовлетворительного результата предоставить метод коррекции восприятия ребенка.

На рисунке изображена лестница с семью ступеньками (приложение 3), ребенку нужно отметить, на какой ступеньке он видит себя.

Результаты:

Ступенька 1: завышенная самооценка. Чаще характерна для первоклассников и является нормой.

Ступенька 2-4: адекватная самооценка. Положительное отношение к себе и окружающим. Хороший вариант развития самооценки

Ступенька 5-7: заниженная самооценка. Негативное отношение к себе, вероятно связанное с психологической проблемой, необходима коррекция.

Перейдем к характеристике полученных на констатирующем эксперименте результатов. Первыми в исследовании приняли участие родители обучающихся, для того чтобы выявить преобладающие стили семейного воспитания. Опрос по методике проводился с помощью сети-Интернет и социальных сетей. Результаты, полученные по методике «Анализ семейных взаимоотношений Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В» представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Результаты, полученные по методике «Анализ семейных взаимоотношений Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В» (констатирующий этап)

№ п/п	Шкалы	Результат	
		Кол-во	%
1.	Гиперпротекция (Г+)	2	11,12
2.	Гипопротекция (Г-)	2	11,12
3.	Потворствование (У+)	1	5,56
4.	Игнорирование потребностей у ребенка (У-)	3	16,67
5.	Чрезмерность требований-обязанностей (Т+)	3	16,67
6.	Недостаточность требований-обязанностей (Т-)	0	0
7.	Чрезмерность требований-запретов (Т-)	5	27,78
8.	Чрезмерность требований-запретов (З+)	2	11,12
9.	Недостаточность требований-запретов (З-)	6	33,33
10.	Чрезмерность санкций (С+)	5	27,78
11.	Минимальность санкций (С-)	2	11,12
12.	Неустойчивость стиля воспитания (Н)	2	11,12
13.	Расширение сферы родительских чувств (РРЧ)	3	16,67
14.	Предпочтение в подростке детских качеств (ПДК)	4	22,22
15.	Воспитательная неуверенность родителя (ВН)	7	38,89
16.	Фобия утраты ребенка (ФУ)	7	38,89
17.	Неразвитость родительских чувств (НРЧ)	2	11,12
18.	Проекция на ребенка собственных качеств (ПНК)	8	44,44
19.	Вынесение конфликта в сферу воспитания (ВК)	1	5,56
20.	Шкала предпочтения женских качеств (ПЖК)	2	11,12
21.	Шкала предпочтения мужских качеств (ПМК)	0	0

Анализируя данные таблицы 1, мы выяснили, что у родителей преобладают высокие результаты по следующим шкалам, и них по ним показатели выше нормы. 44,44% родителей проецируют на ребенка собственные качества, что обуславливает такими нарушениями в поведении родителей как: эмоциональное отвержение и жестокое обращение. Причинами такого воспитания является то, что в своем ребенке родитель видит черты характера, которые может отрицать или не замечать в себе. Такими чертами могут быть: агрессивность, лень, алкогольная зависимость, несдержанность и прочее. Пытаясь бороться с такими качествами ребенка, родитель может извлечь для себя эмоциональную выгоду, ведь помогая ребенку избавиться от плохой черты, родитель продолжает верить, что у него эта черта отсутствует.

По шкале воспитательная неуверенность родителя показатели выше нормы выявлены у 38,89% родителей, при этом они испытывает сомнения в собственных решениях и действиях в процессе воспитания, что может приводить к различным проблемам в детско-родительских отношениях и развитии ребенка. Такой же высокий показатель выявлен по шкале «Фобия утраты ребенка» у таких родителей есть страх ошибиться, считают ребенка слишком хрупким. Может быть из-за долгожданного ожидания ребенка, родился больным, долго выхаживали, или перенесенные тяжелые болезни. Родители исполняют любые желания ребенка.

Также высокие показатели выявлены по шкале «Чрезмерность требований-запретов (Т-)» (27,78% родителей), высокие показатели по данной шкале могут быть в основе неблагоприятного типа воспитания. Ребенку многое запрещается, предъявляется множество требований, ограничивается самостоятельность и свобода. Часто результат преувеличения

последствий родителями, что развивает тревожно-мнительную акцентуацию. У значительной части родителей (22,22%) выявлены высокие показатели по шкале «Предпочтение в подростковом возрасте детских качеств (ПДК)», они склонны игнорировать взросление ребенка, стараются сохранить в нем детские качества, снижается уровень требовательности к ребенку, что в свою очередь стимулирует инфантилизм.

Таким образом, полученные методики «Анализ семейных взаимоотношений Эйдмиллер Э.Г., Юстицкис В.В» результаты, свидетельствуют о необходимости целенаправленной работы по коррекции стилей воспитания детей.

Перейдем к характеристике результатов, полученных по методике «Стратегия семейного воспитания С.С. Степанова». Опрос по методике проводился с помощью сети-Интернет и социальных сетей, в исследовании приняли участие 18 родителей. Результаты констатирующего эксперимента представлены в таблице 2.

Таблица 2.

Результаты, полученные по методике «Стратегия семейного воспитания С.С. Степанова» (констатирующий этап)

№ п/п	Стили воспитания	Результат	
		Кол-во	%
1.	Авторитетный	8	44,44
2.	Авторитарный	4	22,22
3.	Либеральный	3	16,67
4.	Индифферентный	3	16,67

Исходя из результатов, представленных в таблице 1, у большинства родителей (44,44%) представлен авторитетный стиль воспитания. Они осознают какую важную роль они играют в становлении личности ребенка,

но и за ребенком признают право на саморазвитие. Готовы поощрять личную ответственность и самостоятельность детей в зависимости от их возрастных возможностей, что в дальнейшем благоприятно скажется на самооценке и восприятии ребенка.

Важно отметить, что именно отношения в семье играют главную роль на формирование как психологического, так и эмоционального благополучия ребенка. Важно понимать, что для лучшего воспитания ребенка, родителям стоит прийти к общему соглашению, по какому принципу будет строиться их совместное воспитание детей, ведь если взгляды на воспитание будут кардинально различаться, то вместо ответственной, самостоятельной личности может получиться совершенно не то, к чему изначально стремились родители.

Авторитарный стиль воспитания выявлен у 22,22% родителей. В своих требованиях они категоричны и неуступчивы, и ребенку порой неуютно под родительским контролем. Родители с таким стилем воспитания ограничивают самостоятельность ребенка, не считают нужным как-то обосновывать свои требования, сопровождая их жестким контролем, суровыми запретами, выговорами и физическими наказаниями. При таком воспитании у детей формируется лишь механизм внешнего контроля, основанный на чувстве вины или страха перед наказанием, и как только угроза наказания извне исчезает, поведение подростка может стать потенциально антиобщественным. Авторитарные отношения исключают душевную близость с детьми, поэтому между ними и родителями редко возникает чувство привязанности, что ведет к подозрительности, постоянной настороженности и даже враждебности к окружающим.

У 3 родителей (16,67%) выявлен либеральный стиль воспитания. Эти

родители высоко ценят своего ребенка, считают простительными его слабости. Легко общаются с ним, доверяют ему, не склонны к запретам и ограничениям. Воспринимая недостаток руководства со стороны родителей как проявление равнодушия и эмоционального отторжения, дети чувствуют страх и неуверенность. Неспособность семьи контролировать поведение ребенка может привести к вовлечению его в асоциальные группы, поскольку психологические механизмы, необходимые для самостоятельного, ответственного поведения в обществе, у него не сформировались.

У 3 родителей (16,67%) выявлен индифферентный стиль воспитания. У данных родителей проблемы воспитания не являются первостепенными, поскольку у них много иных забот. Свои проблемы ребенку в основном приходится решать самому. А ведь он вправе рассчитывать на большее участие и поддержку с вашей стороны родителей.

Потому для полноценного развития личности с положительной самооценкой, родителям стоит чаще задумываться о том, хорошо ли они воспитывают своих детей, или что-то идет не так. Полученные результаты свидетельствуют о том, что у большинства 10 (55,56%) родителей преобладают авторитарный, либеральный и индифферентный стили воспитания, что может негативно сказаться на формировании адекватной самооценки школьников.

Представим результаты, полученные по методике «Лесенка, автор В.Г. Щур». В экспериментальной работе приняли участие младшие школьники, которые обучались в 3 «Б» (24 человека) и 3 «В» (22 человека), возраст детей 8-9 лет. Данных испытуемых мы разделили на 2 группы, контрольную (3 «Б» класс) и экспериментальную (3 «В» класс). Результаты по данной методике представлены в таблице 3.

Таблица 3.

Результаты, полученные по методике «Лесенка, автор В.Г. Щур»
(констатирующий этап)

№ п/п	Стили воспитания	Экспериментальная группа (24 человека)		Контрольная группа (22 человека)	
		Кол-во	%	Кол-во	%
1.	Завышенная	4	16,67	3	13,63
2.	Адекватная	10	41,67	11	50
3.	Заниженная	5	20,83	4	18,18
4.	Низкая	5	20,83	4	18,18

Исходя из полученных данных, представленных в таблице 3, мы выяснили, что у большинства испытуемых в экспериментальной (41,67%) и контрольной (50%) группах преобладает адекватная самооценка. Что говорит о большем количестве родителей, которые воспитывают в своем ребенке положительное отношение к самому себе. Адекватная самооценка ребенка характеризуется реалистичным и объективным восприятием себя, своих возможностей и недостатков. Это означает, что ребенок понимает свои сильные и слабые стороны, способен адекватно оценивать свои достижения и ошибки, не завышая и не занижая их. Такой ребенок уверен в себе, но не зазнается, умеет принимать критику и строить здоровые отношения с окружающими.

У 16,67% школьников экспериментальной группы и 13,63% контрольной группы выявлена завышенная самооценка. У детей завышенная самооценка может говорить о чрезмерной дозволенности. Они часто перебивают, считают, что они во всем правы, и могут смотреть на других свысока, могут быть агрессивны в отношении окружающих. Завышенная самооценка у ребёнка характеризуется чрезмерной уверенностью в своих силах и способностях, а также преувеличенным представлением о своей

значимости. Такие дети часто считают себя лучше других, не терпят критики и не признают своих ошибок, перекладывая вину на окружающих. Это может приводить к сложностям в общении, проявлению высокомерия, неуважению к мнению других и трудностям в адаптации в коллективе. Неадекватная самооценка приводит к неправильному восприятию собственных действий, а также к искаженному восприятию отношения со стороны окружающих. Люди с такой самооценкой зачастую не понимают, что выглядят смешно и глупо, будучи полностью уверенными, что окружающие восхищаются ими. Завышенная самооценка ребенка также может свидетельствовать о ошибках в выборе стиля воспитания его родителей.

У 20,83% школьников экспериментальной группы и 18,18% контрольной группы выявлена заниженная самооценка. Такую самооценку можно заметить в поведении ребенка, когда ему проблематично находить новые знакомства среди сверстников, могут тяжело даваться какие-либо новые навыки, или есть ощущение ненужности. Заниженную самооценку у ребенка формируют внешние и внутренние факторы, в том числе внешность, вес, индивидуальные особенности психики, социальный статус родителей, количество достижений, оценки окружающих. Признаками заниженной самооценки являются: 1) высокая самокритичность, неудовлетворенность своей деятельностью; 2) высокая чувствительность к критике, обидчивость; 3) нерешительность и страх совершить ошибку; 4) боязнь не оправдать чьи-либо ожидания, желание всем угодить; 5) необоснованное чувство вины; 6) пессимизм и меланхоличность; 7) враждебность и беспричинная защитная позиция к окружающим.

Низкая самооценка у такого же количества опрошенных детей в обеих группах, в таком случае поведение может быть также, как и в случае

завышенной самооценки – агрессивным по отношению к другим. Ребенок убежден, что у него ничего не получится, не хочет пробовать новое. Низкая самооценка у ребенка проявляется в постоянной неуверенности в себе, повышенной чувствительности к критике, страхе неудач и избегании новых задач. Ребенок с низкой самооценкой склонен занижать свои способности, сравнивать себя с другими не в свою пользу и испытывать трудности в общении и учебе. Это состояние может привести к замкнутости, тревожности и проблемам в адаптации в обществе. Распознать можно как по незаинтересованности ребенка в чем-то новом, так и по нежеланию и боязни новых знакомств.

В ходе исследования была выдвинута гипотеза о существовании взаимосвязи между типами семейного воспитания и самооценкой детей в младшем школьном возрасте. Для этого мы сравнили результаты детей из экспериментальной группы по методике «Лесенка, автор В.Г. Щур» и родителей испытуемых из этой группы по методике «Стратегия семейного воспитания С.С. Степанова» таблица 4.

Таблица 4.

Взаимосвязь типов семейного воспитания и самооценки детей
экспериментальной группы (констатирующий эксперимент)

Типы семейного воспитания	Самооценка школьников			
	Завышенная	Адекватная	Заниженная	Низкая
Авторитетный	2	4	1	1
Авторитарный	-	-	2	2
Либеральный	1	1	1	-
Индифферентный	-	-	2	1

По результатам выявленных взаимосвязей между типами семейного воспитания и самооценкой детей в экспериментальной группе были выявлены

следующие результаты. У родителей с авторитетным стилем воспитания было выявлено четыре ребенка с адекватной и 2 ребенка с завышенной самооценкой. Это свидетельствует о том, что авторитетный стиль воспитания наиболее благоприятно влияет на формирование адекватной самооценки ребенка, которая поможет ему как учебной деятельности, так и в повседневной жизни.

В семьях с авторитарным стилем воспитания выявлено 2 ребенка с заниженной самооценкой и 2 ребенка с низкой самооценкой. Им проблематично находить новые знакомства среди сверстников, таким детям тяжело даются какие-либо новые навыки у них есть ощущение ненужности. Авторитарные отношения исключают душевную близость с детьми, поэтому между ними и родителями редко возникает чувство привязанности, что ведет к подозрительности, постоянной настороженности и даже враждебности к окружающим.

В семьях с преобладанием либерального стиля воспитания 1 ребенок с заниженной самооценкой и 1 ребенок с низкой самооценкой. Низкая самооценка существенно ограничивает личностный потенциал ребенка. Дети с заниженной самооценкой часто: 1) отказываются от новых возможностей; 2) боятся проявлять инициативу; 3) испытывают сложности в построении дружеских отношений. Либеральный стиль воспитания характеризуется низкой степенью контроля со стороны родителей и предоставлением ребенку большой свободы действий. Родители в этом случае не устанавливают четких правил и ограничений, часто воспринимая ребенка как друга, а не как подопечного. Такой подход может приводить к развитию у детей самостоятельности, но в то же время чреват проблемами с формированием границ, ответственностью и послушанием.

В семьях с индифферентным стилем воспитания выявлено 2 ребенка с заниженной самооценкой и 1 ребенок с низкой самооценкой. Индифферентный стиль воспитания, также называемый отчужденным, характеризуется низким уровнем эмоциональной вовлеченности родителей в жизнь ребенка и минимальным контролем за его поведением. В таких семьях родители проявляют эмоциональную холодность, не уделяют должного внимания потребностям и интересам ребенка, а также не устанавливают четких правил и границ.

Таким образом, мы выяснили, что именно авторитетный (демократический) стиль общения подразумевает формирование адекватной самооценки ребенка, при этом авторитарный, либеральный и индифферентный стиль воспитания гораздо чаще приводит к формированию низкой и заниженной самооценки школьников, что несомненно является негативным фактором.

По результатам констатирующего этапа экспериментальной работы, было определено, что у значительной части детей выявлена низкая и заниженная самооценка, а их родителей авторитарный, либеральный и индифферентный стиль воспитания, которые оказывают влияние на формирование данной самооценки. Полученные результаты привели нас к выводу о необходимости разработки и реализации программы по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания.

2.2. Реализация программы по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания

Становление самосознания и самооценки личности – одна из важных проблем младшего школьного возраста. Именно в этот период жизни происходит осознание ребенком самого себя, своих потребностей. От уровня сформированности самооценки зависит успешность обучения младшего школьника, степень его социализации.

Программа по формированию адекватной самооценки разработана на основе нормативно-правовых документов и методических материалов по начальному образованию и предназначена для работы с детьми младшего школьного возраста и их родителями.

Цель программы: психолого-педагогическое содействие формированию адекватной самооценки у детей младшего дошкольного возраста и коррекция типов семейного воспитания в семье.

Задачи. Способствовать:

- снятию у школьников состояния эмоционального дискомфорта;
- развитию у них позитивного и критического отношения к себе, сверстникам и окружающему миру;
- формированию умения принимать адекватные (в соответствии с возрастными особенностями) решения;
- повышению уровня компетентности родителей в вопросах формирования самооценки у школьников.

Методологической основой программы являются:

- психолого- педагогическая теория деятельности Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева;
- теория личностно-ориентированного подхода к обучению Ш.А. Амонашвили, И.С. Якиманской.

Программа строится с учетом *принципов:*

– развития (рассматривание психических явлений в постоянном изменении, движении, развитии, разрешении противоречий под влиянием системы внешних и внутренних детерминант);

– детерминизма (изучение закономерных зависимостей психических явлений от порождающих их факторов);

– единства сознания и деятельности (психика и сознание, формируясь в деятельности, в деятельности и проявляются);

– природосообразности и гуманизации.

Методы работы:

1. методы формирования сознания - метод убеждения (объяснение, разъяснение, беседа, пример);

2. методы организации деятельности и формирования поведения (упражнение, приучение, поручение, педагогическое требование, воспитывающие ситуации, метод игры);

3. методы формирования чувств и отношений (поощрение) используются в единстве с методами формирования сознания и деятельности

Выбор методов зависит от факторов:

- цели и задач на каждом этапе работы с детьми;
- психических и возрастных особенностей дошкольников;
- анатомо-физиологических особенностей детского организма (работоспособность, утомляемость, особенности нервной системы);

- материально-технической базы детского сада;

- сложившейся традиции в педагогике детского сада;

- уровня компетентности педагогов.

Условия формирования адекватной самооценки:

1. педагогическое взаимодействие, осуществляемое в форме содействия

и играющего роль источника оценочных воздействий, контекста для самосравнения ребенка с эталоном, способствующего организации индивидуального опыта ребенка;

2. позитивный микроклимат и гуманные межличностные отношения между школьниками;

3. организованная продуктивная и игровая деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;

4. позитивные детско-родительские отношения и адекватные стили воспитания;

5. личный опыт младшего школьника.

Представим программу занятий по развитию адекватной самооценки младших школьников.

Программа состоит из 8 занятий, продолжительность занятия 45 минут – 1 академический час, занятия разделены на 3 блока:

Блок 1. Снижение тревожности. Развитие положительных эмоций.

Блок 2. Коррекция высокой тревожности. Развитие доверия.

Блок 3. Формирование положительного самоотношения. Развитие адекватной самооценки.

Структура занятия: Вводная часть.

Вводная часть должна создать у обучающихся положительный эмоциональный фон, готовность работать с верой в свои силы и возможности. В качестве приема создания положительного эмоционального фона используются приветствия, которые создают положительный настрой на работу, приветствия проводятся в едином ритме, тем самым создают у участников атмосферу принятия и поддержки.

- Ритуал приветствия. Создаёт атмосферу доверия и принятия.

- Разминка – воздействует на эмоциональное состояние подростков, уровень их активности. Разминка выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она может проводиться не только в начале занятия, но и в ходе основной части занятия. Разминочные упражнения выбираются с учётом актуального состояния школьника. Одни позволяют активизировать школьников, поднять их настроение; другие направлены на снятие эмоционального возбуждения. Основная часть.

Основное содержание занятия – это упражнения и задания, направленные на решение задач конкретного занятия. Приоритет отдаётся многофункциональным техникам, направленным одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков. Важен порядок предъявления упражнений и их количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического и эмоционального состояния участника: от активного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике.

Упражнения располагаются в порядке от сложного к простому (с учётом утомления). Количество игр и упражнений 2-4 . Задания для основной части занятия подбирались с учетом их направленности на развитие определенных навыков и их удобства для работы. Завершение занятия. Заключительная часть занятия – это подведение итогов, анализ результатов работы и тех трудностей, которые возникли у участника при выполнении заданий.

- Рефлексия занятия - оценка занятия. Арттехники, беседы. Используются две оценки: эмоциональная (понравилось - не понравилось, было хорошо - было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).

- Ритуал прощания - это завершение занятия, но не общения, поэтому ритуал, с одной стороны, показывает, что занятие закончено, с другой стороны, показывает, что студенты готовы к конструктивному общению в группе и дома. Также ритуал прощания оставляет ощущение команды и создает настрой на дальнейшую продуктивную работу.

Тематический план занятий

Тема занятия	Содержание занятия
Занятие № 1. Формула самооценки	Упражнение «Самого себя любить»
Занятие № 2. Дифференцированная самооценка	Упражнение «Мои сильные стороны» Упражнение «Вы меня узнаете?» Упражнение «Мои добрые дела».
Занятие № 3. 3 типа самооценки	Упражнение «Что я знаю о себе» Упражнение «Продолжи предложения»
Занятие № 4. О любви к себе	Дискуссия «Самое-самое». Дискуссия «Моя вселенная».
Занятие № 5. Потребности и цели	Проективный рисунок «Я в прошлом, я в настоящем, я в будущем» Упражнение «Девиз» Упражнение «Без маски»
Занятие № 6. Что мешает ставить цели	Упражнение «Диалог с собой» Упражнение «Письмо себе любимому»
Занятие № 7. Чувство вины	Медитация «Страна чувств»
Занятие № 8. Как окружение влияет на нашу самооценку	Упражнение «Мусорное ведро» Упражнение «С кем я общаюсь» Упражнение «Мои ценности»

Формула самооценки

Самооценка - оценка своих возможностей, способностей, действий и результатов. Самооценка оказывает очень сильное влияние на то, как живет человек. Если самооценка адекватная, а цели разумные, то человек живет легко и спокойно, он доброжелателен и открыт, уважает себя и окружающих.

В современной психологии есть три вида самооценки:

1. заниженная
2. адекватная

3. завышенная.

Но не стоит путать самооценку и уверенность, т.к самооценка часть уверенности. Уверенность — состояние ума, в котором ум выражает согласие суждению без боязни ошибиться; состояние бытия без сомнения, свобода от сомнения.

Формула самооценки: Самооценка = Успех / Уровень притязаний

Регулировать самооценку:

1. Ставить ниже планку (цели);
2. Растягивать время достижения;
3. Разбивать на задачи свои цели (маленькие цели);
4. Не смотреть на других (у каждого своя черта отсчета: свои способности, свои возможности). Правило адекватной самооценки: Я люблю себя как есть!

Пример упражнений представлен ниже.

Занятие №1. Упражнение «Самого себя любить»

Цель игры: научить подростка внимательно относиться к себе, уважать и принимать себя. Сядьте удобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха... Представь себе зеркало. Громадное – громадное зеркало в светло – красной раме. Возьми платок и вытри зеркало как можно чище, так, чтобы оно все блестело и сияло... Представь, что ты стоишь перед этим зеркалом. Тебе видно себя? Если да, то подай мне знак рукой. Разгляди свои губы и цвет своих глаз. Посмотри, как ты выглядишь, когда немного покачиваешь головой. Посмотри на свои плечи и грудь. Посмотри, как ты опускаешь и поднимаешь плечи... Тебе видно свои ноги? Посмотри, как высоко ты можешь подпрыгнуть... У тебя хорошо получается! Теперь представь себе, что твоё отражение улыбается и ласково смотрит на тебя...

Посмотри на свои волосы! Какого они цвета? Возьми расческу и причешись, глядя в зеркало перед собой. Причешись как обычно... Посмотри в улыбающиеся глаза своего отражения. Пусть твои глаза блестят и светятся радостью, пока ты рассматриваешь их в зеркало. Набери немного воздуха в лёгкие и надуй немного маленьких светлых искорок в свои глаза. (При этих словах – глубоко вдохните и громко, и отчетливо выдохните воздух. Повторите свою просьбу к детям - добавить блеска в глаза.) Постарайтесь разглядеть золотое свечение вокруг твоих глаз. Пусть твои глаза выглядят совершенно счастливыми.

Теперь посмотри на свое лицо в зеркале. Скажи самому себе: «Моё лицо улыбается. Я люблю улыбаться. От этого мне становится приятнее» Если твоё лицо всё ещё серьёзно, то преврати серьёзное лицо в одну громадную и довольную улыбку. Покажи свои зубы зеркалу. У тебя это здорово получилось! Теперь посмотри на своё тело в зеркале и увеличь его. Твои плечи пусть станут совсем ровными и прямыми. Постарайтесь почувствовать, как это приятно – вот так гордо стоять и нравиться самому себе. И, разглядывая себя с ног до головы, повторяй за мной: «Я люблю себя! Я люблю себя! Я люблю себя!» (Произнесите эти слова с большим энтузиазмом и очень эмоционально.) Ты чувствуешь, как это приятно? Ты можешь повторять про себя эти слова всякий раз, когда захочешь почувствовать себя счастливым и довольным.

Постарайтесь прочувствовать всем своим телом, как ты произносишь: «Я люблю себя!» В какой части тела ты ощущаешь это? Покажи рукой на это место, где чувствуешь своё «Я люблю себя!» Хорошо запомни, как в твоём теле отражается твоё «Я люблю себя!» Сейчас мы обсудим это. А теперь ты можешь вернуться снова в кабинет. Потянись, немного напряги и расслабь

своё тело и открой глаза...

Рефлексия:

Почему некоторые люди любят самих себя?

Почему некоторые люди себя не любят?

Почему некоторым людям редко приходят в голову приятные мысли о себе?

Что ты можешь сделать для того, чтобы чаще думать о себе хорошо?

Что делает тебя счастливым?

Домашнее задание. Психолог. Выполни дома следующее задание. Сделай рисунок под названием «Я в 11 лучах солнца». Нарисуй круг и в центре напишите букву «Я». От границ круга нарисуйте лучи: их количество должно соответствовать отмеченным совпадениям в вашей характеристике. Совпадения положительных качеств нужно рисовать красным карандашом, а отрицательных – синим.

Все конспекты занятий представлены в приложении 4.

В рамках реализации программы по формированию самооценки личности ребенка и коррективке типов семейного воспитания было проведено 5 занятий с родителями детей экспериментальной группы. Часть занятий проходило очно, часть с помощью социальных сетей.

Тематический план занятий

Тема занятия	Содержание занятия
Занятие 1. Знакомство	Упражнение «Снежный ком»
Занятие 2. Мир детский и мир взрослый	Упражнение «Давайте здороваемся» Упражнение ««Погружение» Психогимнастическое упражнение
Занятие 3. «Язык принятия» и «язык непринятия»	Упражнение ««Язык принятия и непринятия»
Занятие № 4. Проблемы детей и проблемы родителей	Упражнение «Активное слушание».
Занятие № 5. Совместное с детьми	Упражнение «Знакомство»

занятие	Игра «Угадай, у кого конфета» Игра «Угадай, чьи руки» Упражнение «Совместное рисование»
---------	---

Занятие 1. Знакомство

Цель: Знакомство участников друг с другом и с групповой формой работы. Выяснение ожиданий и опасений родителей. Общая ориентация в проблемах родителей.

Содержание занятия

1. Упражнение «Снежный ком», с целью знакомства.

Ведущий знакомит участников с целями и задачами тренинга. Обговариваются условия и режим работы, вводятся правила групповой работы. Ведущий рассказывает, в какой форме будут проходить занятия и каким основным темам они будут посвящены. Он также раскрывает участникам философию, на которой строятся отношения и взаимодействие с детьми – признание личности ребенка и стремление к сотрудничеству.

2. Процедура знакомства: участники представляются и высказывают свои опасения и ожидания в предстоящей работе.

3. Психогимнастическое упражнение: встать и поменяться местами по какому-то признаку.

4. Ведущий говорит о важности понимания себя самого и понимания своего ребенка, предлагает родителям ответить на ряд вопросов. Родители впервые обращаются к своим дневникам, о которых ведущий должен сказать особо. Следует обратить внимание на важность ведения дневников и выполнения домашних заданий, так как их обсуждение всегда происходит на последующих занятиях. Отвечая на вопросы, родители заполняют таблицу, где отвечают за себя и за ребенка, оставляя место для реального ответа ребенка, который они получают уже дома.

Примерный перечень вопросов для старших дошкольников и их родителей:

- Мое любимое животное и почему. Мое нелюбимое животное и почему.
- Мой любимый цвет и почему. Мой нелюбимый цвет и почему.
- Моя любимая сказка. Сказка, которая мне не нравится.

В другом человеке мне больше всего нравится такая черта, как... , а не нравится...

- Если бы у меня была фантастическая возможность стать кем-то на один день, то я бы стал... Почему?
- Доброго волшебника я попросил бы о... А злого попросил бы о... Почему?
- В каких животных превратил бы волшебник меня самого и членов моей семьи. Почему?

5. Можно также предложить группе работу в малых группах по 3—4 человека. Задачей участников будет истолкование смысла предложенных пословиц, касающихся отношений в семье.

Каждой подгруппе ведущий предлагает для рассмотрения три-четыре пословицы. В заключение работы над пословицами группы дают варианты толкования пословиц, поясняют, что имели в виду наши предки и насколько это актуально в наше время. Ведущему важно искать пути для создания атмосферы групповой сплоченности и подчеркивать возможность использования своего и чужого опыта для решения проблем воспитания.

6. Домашняя работа включает завершение таблицы в графе ответов ребенка. Родитель должен задать ребенку имеющиеся у него вопросы, записать ответы ребенка и сравнить их с теми, которые он предполагал. Вторая часть задания может заключаться в том, чтобы спросить ребенка о смысле одной-двух пословиц и попытаться объяснить ему их значение.

Занятие 2. Мир детский и мир взрослый

Цель: Осознание разницы между «миром» ребенка и взрослого, что выражается в особенностях восприятия, эмоциональных переживаниях, мотивации поведения и т. д. Приобретение навыков анализа причин поведения ребенка, исходя из позиции ребенка.

Содержание занятия

1. Занятие можно начинать с упражнения с мячом: бросить мяч и дать пожелание другому, упражнение «Давайте поздороваемся».

2. Обсуждение домашнего задания в форме групповой дискуссии в большом кругу.

3. Информационная часть. Ведущий объясняет причины разной организации восприятия окружающего мира ребенка и взрослого, указывает на импульсивность, эмоциональность, кажущуюся алогичность детских поступков, детский натурализм и т. п.

Часто родителю кажется, что ребенок плохо себя ведет из-за злой воли, стремясь «насолить» родителю, однако так бывает далеко не всегда. Здесь же можно рассказать о четырех целях негативного поведения ребенка. В основе любого нежелательного поведения ребенка могут лежать следующие цели:

- требование внимания или комфорта;
- желание показать свою власть или демонстративное неповиновение;
- месть, возмездие;
- утверждение своей несостоятельности или неполноценности.

4. «Погружение». Участникам предлагается одна или несколько ситуаций взаимодействия между родителями и детьми и дается задание представить себя на месте ребенка. Если для «погружения» используется принцип визуализации, которая обычно проводится с закрытыми глазами, то

тогда должна быть только одна ситуация. Далее участники делятся эмоциональным опытом проживания ситуации. Ситуации могут быть подобраны с учетом возраста детей данных родителей и наиболее характерных проблемных ситуаций.

Текст такого «погружения», составленного по принципу визуализации, для его проведения можно использовать релаксационную музыку.

Погружение в детство.

Сядьте поудобнее, ноги поставьте на пол, так, чтобы они хорошо чувствовали опору, спиной обопритесь на спинку стула. Если вы хотите откашляться, сделайте это сейчас. Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию, оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках, в ногах. Поток времени уносит вас в детство, в то время, когда вы были маленькими. Представьте теплый весенний день, вам 5, 6 или 7 лет, представьте себя в том возрасте, в котором вы лучше себя помните. Вы идете по улице, посмотрите, что на вас надето, какая обувь, какая одежда. Вам весело, вы идете по улице и рядом с вами близкий человек, посмотрите, кто это, вы берете его за руку и чувствуете его теплую надежную руку. Затем вы отпускаете его и убегаете весело вперед, но не далеко, ждете своего близкого человека и снова берете его за руку. Вдруг вы слышите смех, поднимаете голову и видите, что держите за руку совсем другого, незнакомого вам человека. Вы оборачиваетесь и видите, что ваш близкий человек стоит сзади и улыбается. Вы бежите к нему и снова вместе за руку идете дальше и вместе смеетесь над тем, что произошло. А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату, и когда вы будете готовы, вы откроете глаза.

В этом сюжете актуализируется чувство привязанности и переживание потери, хотя и мгновенной, близкого человека. Ситуация может пробудить в

участниках тренинга как теплые, так и тревожные чувства, она позволяет побыть ребенком и осознать, что значит присутствие надежного взрослого в этом возрасте, какова его величайшая роль для формирования уверенности в дальнейшей жизни.

1. «Билль о правах». Ведущий делит группу на две половины.

Одна группа представляет детей, а другая — родителей. Задача каждой группы заключается в составлении списка своих прав. После того как каждая группа закончила подготовку такого списка (в течение 15—20 минут), «родители» и «дети» начинают поочередно предъявлять эти права друг другу, причем каждое право может быть внесено в окончательный список только тогда, когда оно принято другой стороной. Каждая сторона имеет возможность отклонить какое-то право или настаивать на его изменении. Ведущий регулирует дискуссию и выносит принятые обеими сторонами права на видное место.

6. Психогимнастическое упражнение. Один из участников выходит в центр круга и закрывает глаза (или используется повязка), остальные подходят к нему и кладут свои руки на его ладони. Задача участника — угадать, чьи это руки. Другой вариант этого упражнения предполагает не угадывание, а определение по рукам, какой мамой (или каким папой) может быть этот человек: более мягким или более жестким. Таким образом, формируются две группы: мягкие и строгие родители. После снятия повязки основной участник объясняет, на какие признаки он ориентировался и совпали ли его тактильные ощущения с тем, что он потом увидел. Упражнение дает прекрасный повод для обратной связи участникам группы: как они воспринимаются по первому впечатлению как родители (ведь это всего лишь второе занятие).

7. Домашнее задание. Заполнить таблицу.

Что меня огорчает	Что меня радует в
1.	1.
2.	2.

Можно предложить заполнение этой таблицы и другим членам семьи, которые не посещают тренинговые занятия.

Занятие 3. «Язык принятия» и «язык непринятия»

Цель: знакомство с понятием «принятие» ребенка, особенностями принимающего и неприняющего поведения родителя. Определение «языка принятия» и «языка непринятия».

Содержание занятия

1. Занятие можно начинать с упражнения с мячом: бросить мяч и сказать комплимент другому.
2. Обсуждение домашнего задания в форме обмена мнениями, впечатлениями, чувствами, которые вызвало выполнение домашнего задания «Что меня радует и что огорчает в моем ребенке». Каждый участник рассказывает о содержании таблицы. Ведущий задает вопрос родителям о том, какую часть таблицы им было труднее заполнить, где у них получилось больше записей. Если кто-то из родителей не выполнил домашнее задание, следует еще раз подчеркнуть особую важность ведения дневника. В ходе дискуссии, возможно, кто-то из родителей захочет поделиться собственным опытом или дать советы другому. Однако не следует затягивать дискуссию. Можно предложить родителям в ответ на советы других не вступать в

полемику, а отвечать по форме «спасибо, я подумаю». Ведущий также обращает внимание на связанность некоторых характеристик ребенка из левой и правой частей таблицы, на то, что продолжением достоинства ребенка часто являются его недостатки.

3. Информационная часть. Ведущий рассказывает о зонах принятия, относительно принимающем родителе, о том, от каких ситуаций, свойств родителя и личностных качеств ребенка зависит изменение соотношения зон принятия и непринятия. Совместно с родителями находятся те факторы, от которых зависит принятие или, наоборот, непринятие ребенка. Ведущий обсуждает с участниками группы, что значит «язык принятия» и «язык непринятия», говорит о том, что означают:

- оценка поступка («Мне жаль, что ты не поделился с сестрой игрушками») и оценка личности («Ты очень жадный мальчик»);
- временный язык («Сегодня у тебя это задание не получилось») и постоянный язык («У тебя никогда ничего не получается как следует»);
- невербальные проявления «языка принятия и непринятия» (улыбка, взгляды, жесты, интонации, позы).

Совместно с группой ведущий составляет список элементов «языка принятия» и «языка непринятия», к составлению списка надо привлекать всех участников, по ходу дискуссии проясняя представления группы о принятии и непринятии. Участники группы как бы отвечают на вопрос: «Как ребенок узнает, что мы принимаем или, наоборот, не принимаем его?»

4. Ведущий предлагает группе поэкспериментировать с «языком принятия» и «языком непринятия». Для этого участники группы рисуют в своих дневниках следующую таблицу.

Фраза ребенка	Ответ на «языке неприятия»	Ответ на «языке принятия»
1		
2.		
...		

Далее ведущий предлагает каждому сказать какую-то фразу от лица ребенка, а члены группы и ведущий записывают ответную фразу сначала на «языке неприятия», а потом на «языке принятия». После того как фразы записаны и родители заполнили обе части таблицы, тренер просит одного из родителей войти в роль ребенка и произнести свою фразу. Остальные родители отвечают ему сначала на «языке неприятия», а потом на «языке принятия». Нужно попросить родителя, находящегося в роли ребенка, фиксировать ответы, которые вызывают наиболее сильные чувства. Для усиления «впечатления детства» и влияния со стороны других, все родители стоят, а «родитель-ребенок» сидит. После того как родитель побывал в роли ребенка, ведущий предлагает ему поделиться теми впечатлениями, которые у него возникали.

5. Психогимнастическое упражнение: передача чувства по кругу с помощью тактильных ощущений с закрытыми глазами. Для этого один из участников старается передать возникшее у него чувство (или просто свою идею об определенном чувстве) соседу, а тот в свою очередь — уже другому человеку, но тоже своему соседу. Поскольку группа сидит с закрытыми глазами, то при распознавании чувства можно опираться только на ощущения рук и тела. Участники группы могут передавать чувство таким же образом, как и получили, или воспользоваться своим способом, важно лишь, чтобы чувство сохранилось.

6. Домашнее задание.

Нарисовать круглый стол с ребенком и попросить ребенка рассадить за этим праздничным столом тех, кого он хотел бы видеть на семейном празднике. Ребенок сам должен нарисовать то количество стульев, которое ему необходимо, не надо ему подсказывать и навязывать свое решение.

Обсудить с ребенком значение слова «комплимент». Сделать друг другу комплименты.

Занятие 4. Проблемы детей и проблемы родителей.

Активное слушание как способ решения проблем детей

Цель: прояснить различия проблем родителей и проблем детей; познакомиться с целями и приемами активного слушания, развить навыки активного слушания.

Содержание занятия

1. Психогимнастическое упражнение: каждый по очереди высказывает пожелание группе на сегодняшний день. Упражнение можно выполнять с мячом или замещающим его предметом. Вариант: дать индивидуальное пожелание (пожелать что-то на год или на месяц кому-то в группе). Не забыть, чтобы каждый получил мяч.

2. Обсуждение домашнего задания в форме обмена содержанием записей из дневников. Это домашнее задание позволяет родителю лучше узнать, кого ребенок включает в свое ближайшее социальное окружение. Считает ли он таковым только членов своей семьи или присоединяет к ним других взрослых, своих друзей, родственников и т. п.

3. Информационная часть. Ведущий перечисляет те проблемы, которые поднимались родителями в ходе прошедших занятий. Он обсуждает вопрос с группой, какого рода это были проблемы – детей или родителей.

Отмечается центрированность родителей на своих проблемах, а не на проблемах ребенка. Часто это мешает слушанию своего ребенка.

Научиться отличать свои проблемы от проблем ребенка – очень важный элемент тренинга. От этого зависит успешность применения тех навыков, о которых пойдет речь на этом и следующих занятиях. Для оказания помощи в решении проблем ребенка могут помочь приемы активного слушания, а для разрешения собственных затруднений – «Я-сообщения», констатирующие высказывания. Наконец, для решения совместных проблем важно владеть методами, используемыми в конфликтных ситуациях.

Называя тему занятия «Активное слушание», тренер предлагает сформулировать ответы на вопрос: «Что для меня значит хорошо слушать?» Слышать и слушать – различные понятия. Слышать – различать, воспринимать что-то слухом. Слушать – направлять слух на что-то (по словарю Ожегова).

(Свои ответы участники группы могут написать на цветных листочках и разместить на листе ватмана.)

Информирование родителей включает рассказ о том, какое может быть слушание – пассивное (безмолвное) и активное (рефлексивное). Безмолвное слушание – минимизация ответных реакций («Да, да», «Я тебя слушаю»), поддерживающее выражение лица, кивание головой в знак согласия. Если ребенку важно высказаться и быть выслушанным, такого слушания может быть вполне достаточно.

Далее ведущий рассказывает о важности активного слушания как способа решения проблем ребенка, о его приемах и о последствиях.

Активное слушание создает отношения теплоты; родители могут «влезть в шкуру» ребенка; облегчается решение проблем ребенка; у детей

появляется желание прислушаться к мнению родителей. Активное слушание помогает воспитывать самоконтроль и ответственность. Приемы: пересказ (полный и краткий), отражение чувств, уточнение, резюмирование (подведение итогов), проговаривание подтекста.

Пересказ – изложение своими словами того, что сказал собеседник, он может быть более полным в начале, а в дальнейшем — более кратким, с выделением наиболее важного. Ключевые слова: «Ты говоришь...», «Как я понимаю...», «Другими словами, ты считаешь...». Родитель, который может повторить слова ребенка, помогает ему разобраться в собственных чувствах и мыслях, конечно, при этом совсем не стоит становиться (по меткому выражению Томаса Гордона) «родителем-попугаем». Повторение должно носить эмпатический характер, то есть использоваться тогда, когда это необходимо, и отвечать потребностям ребенка. Пересказ — это своеобразная обратная связь ребенку: «Я тебя слышу, слушаю и понимаю». Часто именно из-за отсутствия такой реакции со стороны своих родителей дети по нескольку раз повторяют отдельную фразу или слово, как бы не надеясь, что взрослые могут услышать их с первого раза. Сложность формирования навыка пересказа заключается в том, что при этом необходимо сосредоточиться на чужих мыслях, отключившись от своих, а слова других обычно вызывают в нас собственные воспоминания, ассоциации. Умение распределять внимание, одновременно удерживая внутренний строй своих мыслей и ход рассуждений другого человека, — это признак сформированности навыков активного слушания.

Уточнение (выяснение) относится к непосредственному содержанию того, что говорит другой человек. Уточнение может быть направленным на конкретизацию и выяснение чего-либо («Ты сказал, что это происходит

давно. Как давно это происходит?», «Ты именно в четверг не хочешь идти в школу?»). Уточнение также может относиться ко всему высказыванию другого человека («Объясни, пожалуйста, что это значит?», «Не повторишь ли еще раз?», «Может быть, расскажешь про это поподробнее?»). Уточнение следует отличать от выпрашивания («А зачем ты это сказал?», «Почему ты его обидел?»). На этапе слушания, выпрашивание может разрушить желание говорящего сообщать что-либо. Часто это приводит и к нарушению контакта между людьми, который лучше сохранять во время беседы.

Отражение чувств – проговаривание чувств, которые испытывает другой человек («Мне кажется, ты обижен», «Вероятно, ты чувствуешь себя расстроенным»). Последствия: дети меньше боятся негативных чувств; видят, что родители понимают их. Лучше называть чувства в утвердительной форме, так как вопрос меньше выражает сочувствие. Этот прием способствует установлению контакта и повышает желание другого человека рассказывать о себе, но в том случае, если тот не пытается скрывать свои чувства. Родитель не должен заниматься выпытыванием тех переживаний, которые ребенок хочет оставить при себе. Известный английский психоаналитик Дональд Вудс Виникот, специалист в области консультирования родителей, писал: «Существует много других конфликтов, от которых страдают и которые пытаются решать наши дети, и мы знаем, что многие из них заболевают из-за того, что не могут найти приемлемого решения. Но не дело родителя становиться психотерапевтом».

Проговаривание подтекста – проговаривание того, о чем хотел бы сказать собеседник, дальнейшее развитие мыслей собеседника. Родители часто хорошо понимают, что стоит за словами ребенка, какой «закадровый перевод» можно осуществить. Например, у фразы «Мама, а ты не заметила,

какую уборку я сегодня сделал?» подтекст может быть таким: «Ты бы меня похвалила» или еще глубже: «Я хотел бы, чтобы ты разрешила мне пойти на дискотеку». Проговаривание подтекста надо осуществлять для лучшего взаимопонимания и дальнейшего продвижения в беседе, а не для того, чтобы показать, насколько хорошо слушающий родитель знает ребенка. А если знание используется для манипуляции близким человеком, в конечном итоге это разрушает благоприятные взаимоотношения. И уж, конечно, проговаривание не должно превращаться в оценивание, что иногда очень хочется сделать родителю в разговоре с ребенком (например, «Ты мог бы быть и поскромнее»). Оценивание у любого человека блокирует желание рассказывать о проблеме.

Резюмирование используется в продолжительных беседах или переговорах («Итак, мы договорились с тобой, что...», «Твоими основными идеями являются...»). Подведение итогов требует от слушающего внимания и умения кратко излагать свои и чужие мысли.

4. Домашнее задание. Спросить ребенка и записать ответы на следующие вопросы: «Что, ты думаешь, мне в тебе нравится? А что, ты думаешь, мне в тебе не нравится?» Перед тем как спрашивать, родитель должен предположить, что может ответить ему ребенок.

Занятие 6. Совместное с детьми занятие

Цель: знакомство с детьми, описание родителей «глазами» детей, определение «узких» зон взаимодействия родителей с детьми, создание ситуаций взаимодействия и сотрудничества.

Содержание занятия

1. Занятие можно начать с того, что спросить всех: «Кто здесь собрался?» Пусть дети и взрослые придумают как можно больше вариантов (люди, друзья, знакомые, мамы и дети, земляне и т. д.).

5. Ведущий, знакомясь с детьми, просит каждого по очереди назвать свое имя и рассказать о своей маме (папе), для того чтобы угадать по описанию, кто из сидящих в кругу людей – его родители. При этом ведущий задает разные вопросы: «Какая твоя мама?», «Что она любит делать?», «Что ей нравится?», «Что ей не нравится?» и т. п.

3. Игра «Угадай, у кого конфета». Эта игра может проводиться в нескольких вариантах, но основная ее задача – выявить наиболее «подозреваемых» личностей в группе. Ведущий просит всех участников закрыть глаза и сложить ладони «лодочкой», затем он проходит и вкладывает в ладони трех-четырех участников какой-то мелкий предмет. Когда по команде тренера все откроют глаза, каждый может высказать не больше трех подозрений по отношению к другим участникам. Ведущий после опроса определяет наиболее подозреваемых группой детей и взрослых. Наиболее стойким (оказавшимся вне подозрений) я даю призы (что-то вкусное). Нам нравится вместо предмета использовать мелкие конфетки. После того как их положили в ладошки, играющим надо быстро засунуть их за щеку и вести себя так, чтобы другие не заметили «сладкое» выражение лица. В таком варианте отпадает необходимость в призах, а участникам легче выполнять задачу, так как не надо следить за руками, чтобы их случайно не расцепить.

4. Игры «Угадай, чьи руки». Сначала дети на ощупь определяют, кто кем является, пытаясь угадать имя. Затем родители находят с закрытыми (завязанными глазами) руки своего ребенка. Для родителей и детей это может быть очень значимая ситуация (найдет ли мама своего ребенка?).

5. Совместное рисование: родителям с детьми дается задание выполнить рисунок одной ручкой (карандашом или фломастером), но при этом им нельзя договариваться и вообще говорить друг с другом.

После того как все закончили, каждая пара представляет свое произведение, ведущий предлагает ребенку рассказать, как был нарисован этот рисунок, кто был инициатором воплощенных идей, как происходила прорисовка тех или иных деталей. При этом возможны разные варианты. Часто ребенок приписывает себе авторство, хотя оно ему и не принадлежит.

6. Игры.

«Изобрази животных». Эта игра проводится как подготовительная ко второй игре. Тренер называет определенных животных и просит участников изобразить, как они выглядят.

«Найди себе пару среди животных». Ведущий раздает заранее приготовленные листочки с написанными на них названиями животных каждому участнику (если дети маленькие, то надо незаметно сказать на ушко название животного). Поскольку все названия парные, каждый может найти себе пару после команды ведущего. После того как каждый нашел себе «своего» животного, ведущий опрашивает: «Кто вы?» На этом совместное занятие заканчивается.

Таким образом, разработанная программа по формированию самооценки личности ребенка и коррективке типов семейного воспитания состоит из 2 взаимосвязанных блоков: 1) направлен на формирование адекватной самооценки младших школьников и состоит из 8 занятий; 2) посвящен коррективке типов семейного воспитания и состоит 5 занятий с родителями, при этом часть занятий проходила очно, часть с помощью социальных сетей.

2.3. Анализ результатов итогового эксперимента

Перейдем к характеристике полученных на контрольном эксперименте результатов. Для наглядности представим сравнительный анализ результатов констатирующего и контрольного эксперимента в двух группах Первыми в исследовании приняли участие родители обучающихся, для того чтобы выявить преобладающие стили семейного воспитания. Опрос по методике проводился с помощью сети-Интернет и социальных сетей. Результаты, полученные по методике «Анализ семейных взаимоотношений Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В» представлены в таблице 5.

Таблица 5.

Результаты, полученные по методике «Анализ семейных взаимоотношений Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В»
(констатирующий и контрольный этап)

№ п/п	Шкалы	Конст-й эксперимент		Контрольный эксперимент	
		Кол-во	%	Кол-во	%
1.	Гиперпротекция (Г+)	2	11,12	1	5,56
2.	Гипопротекция (Г-)	2	11,12	1	5,56
3.	Потворствование (У+)	1	5,56	0	0
4.	Игнорирование потребностей у ребенка (У-)	3	16,67	2	11,12
5.	Чрезмерность требований-обязанностей (Т+)	3	16,67	2	11,12
6.	Недостаточность требований-обязанностей (Т-)	0	0	0	0
7.	Чрезмерность требований-запретов (Т-)	5	27,78	3	16,67
8.	Чрезмерность требований-запретов (З+)	2	11,12	1	5,56
9.	Недостаточность требований-запретов (З-)	6	33,33	4	22,22
10.	Чрезмерность санкций (С+)	5	27,78	3	16,67
11.	Минимальность санкций (С-)	2	11,12	2	11,12

12.	Неустойчивость стиля воспитания (Н)	2	11,12	1	5,56
13.	Расширение сферы родительских чувств (РРЧ)	3	16,67	1	5,56
14.	Предпочтение в подростке детских качеств (ПДК)	4	22,22	2	11,12
15.	Воспитательная неуверенность родителя (ВН)	7	38,89	4	22,22
16.	Фобия утраты ребенка (ФУ)	7	38,89	4	22,22
17.	Неразвитость родительских чувств (НРЧ)	2	11,12	2	11,12
18.	Проекция на ребенка собственных качеств (ПНК)	8	44,44	5	27,78
19.	Вынесение конфликта в сферу воспитания (ВК)	1	5,56	1	5,56
20.	Шкала предпочтения женских качеств (ПЖК)	2	11,12	2	11,12
21.	Шкала предпочтения мужских качеств (ПМК)	0	0	0	0

Анализируя данные таблицы 5, мы выяснили, что показатели по шкалам где результаты были выше нормы либо снизились, либо не изменились. Данный факт свидетельствует о результативности разработанной и реализованной программы по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания. Так количество родителей, проецирующих на ребенка собственные качества снизилось на 16,67%. По шкале воспитательная неуверенность родителя показатели снизились на 16,67%. Такие же результаты зафиксированы по шкале «Фобия утраты ребенка». В целом можно констатировать гармонизацию взаимоотношений родителей и детей, что свидетельствует об эффективности проведенных мероприятий по коррекции стилей воспитания родителей.

Перейдем к характеристике результатов, полученных по методике «Стратегия семейного воспитания С.С. Степанова» на контрольном этапе эксперимента. Опрос по методике проводился с помощью сети-Интернет и социальных сетей, в исследовании приняли участие 18 родителей. Результаты констатирующего эксперимента представлены в таблице 6.

Таблица 6.

Результаты, полученные по методике «Стратегия семейного воспитания С.С. Степанова» (констатирующий и контрольный этап)

№ п/п	Стили воспитания	Конст-й эксперимент		Контрольный эксперимент	
		Кол-во	%	Кол-во	%
1.	Авторитетный	8	44,44	12	66,67
2.	Авторитарный	4	22,22	3	16,67
3.	Либеральный	3	16,67	2	11,11
4.	Индифферентный	3	16,67	1	5,56

Исходя из результатов, представленных в таблице 6, количество родителей с авторитетным стилем воспитания увеличилось на 22,22%. Они осознают какую важную роль они играют в становлении личности ребенка, но и за ребенком признают право на саморазвитие. Готовы поощрять личную ответственность и самостоятельность детей в зависимости от их возрастных возможностей, что в дальнейшем благоприятно скажется на самооценке и восприятию ребенка.

Количество родителей с авторитарным стилем воспитания снизилось на 5,56%. В своих требованиях они категоричны и неуступчивы, и ребенку порой неуютно под родительским контролем. Родители с таким стилем воспитания ограничивают самостоятельность ребенка, не считают нужным как-то обосновывать свои требования, сопровождая их жестким контролем, суровыми запретами, выговорами и физическими наказаниями. При таком воспитании у детей формируется лишь механизм внешнего контроля, основанный на чувстве вины или страха перед наказанием, и как только угроза наказания извне исчезает, поведение подростка может стать потенциально антиобщественным.

На 5,56% также снизилось количество родителей с либеральным стилем

воспитания. Эти родители высоко ценят своего ребенка, считают прощательными его слабости. Легко общаются с ним, доверяют ему, не склонны к запретам и ограничениям. Воспринимая недостаток руководства со стороны родителей как проявление равнодушия и эмоционального отторжения, дети чувствуют страх и неуверенность.

Самое сильное снижение было зафиксировано по родителям с индифферентным стилем воспитания (на 11,11%). У данных родителей проблемы воспитания не являются первостепенными, поскольку у них много иных забот. Свои проблемы ребенку в основном приходится решать самому. А ведь он вправе рассчитывать на большее участие и поддержку с вашей стороны родителей.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что у большинства 12 (66,67%) родителей преобладают авторитетный стиль воспитания, что несомненно положительно скажется на формировании адекватной самооценки школьников. Снижение количества родителей с авторитарным, либеральным и индифферентным стилями воспитания свидетельствует об эффективности проведенной нами работы в рамках формирующего этапа эксперимента.

Представим результаты, полученные по методике «Лесенка, автор В.Г. Щур» на контрольном этапе экспериментальной работы. В экспериментальной работе приняли участие младшие школьники, которые обучались в 3 «Б» (24 человека) и 3 «В» (22 человека), возраст детей 9-10 лет. Данных испытуемых мы разделили на 2 группы, контрольную (3 «Б» класс) и экспериментальную (3 «В» класс). Сравнительные результаты по данной методике представлены в таблице 7.

Таблица 7.

Сравнительные результаты, полученные по методике «Лесенка, автор
В.Г. Щур» (констатирующий и контрольный этапы)

№ п/п	Стили воспитания	Экспериментальная группа (24 человека)				Контрольная группа (22 человека)			
		конст. эксп.		контр. эксп.		конст. эксп.		контр. эксп.	
		Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%
1.	Завышенная	4	16,67	6	25	3	13,63	4	18,18
2.	Адекватная	10	41,67	14	58,33	11	50	12	54,45
3.	Заниженная	5	20,83	3	12,5	4	18,18	4	18,18
4.	Низкая	5	20,83	1	4,16	4	18,18	2	9,09

Исходя из полученных данных, представленных в таблице 7, мы выяснили, что количество испытуемых с адекватной самооценкой в экспериментальной группе увеличилось на 16,66%, при этом в контрольной группе их количество увеличилось лишь на 4,45%. Данные результаты показывают результативность реализованной программы по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания. Адекватная самооценка ребенка характеризуется реалистичным и объективным восприятием себя, своих возможностей и недостатков. Это означает, что ребенок понимает свои сильные и слабые стороны, способен адекватно оценивать свои достижения и ошибки, не завышая и не занижая их. Такой ребенок уверен в себе, но не зазнается, умеет принимать критику и строить здоровые отношения с окружающими.

По результатам контрольного этапа экспериментальной работы, было определено, что у большинства детей экспериментальной группы была выявлена адекватная и завышенная самооценка, а у родителей адекватная самооценка. Данные результаты свидетельствуют о результативности реализованной программы по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания.

Выводы по главе 2.

Базой исследования выступил КГУ «Тобольская общеобразовательная школа отдела образования района Беимбета Майлина» Управления образования акимата Костанайской области. В экспериментальной работе приняли участие младшие школьники, которые обучались в 3 «Б» (24 человека) и 3 «В» (22 человека), возраст детей 8-9 лет. Также в исследовании приняли участие 18 родителей данных детей. По итогам контрольного этапа экспериментальной работы было выяснено, что 44,44% родителей проецируют на ребенка собственные качества, что обуславливает такими нарушениями в поведении родителей как: эмоциональное отвержение и жестокое обращение. По шкале воспитательная неуверенность родителя показатели выше нормы выявлены у 38,89% родителей, при этом они испытывают сомнения в собственных решениях и действиях в процессе воспитания.

У большинства 10 (55,56%) родителей преобладают авторитарный, либеральный и индифферентный стили воспитания, что может негативно сказаться на формировании адекватной самооценки школьников.

Исходя из полученных данных на констатирующем этапе экспериментальной работы, было выяснено, что у большинства испытуемых в экспериментальной (41,67%) и контрольной (50%) группах преобладает адекватная самооценка. У 16,67% школьников экспериментальной группы и 13,63% контрольной группы выявлена завышенная самооценка, а у 20,83% школьников экспериментальной группы и 18,18% контрольной группы выявлена заниженная самооценка.

Таким образом, мы выяснили, что именно авторитетный стиль общения

подразумевает формирование адекватной самооценки ребенка, при этом авторитарный, либеральный и индифферентный стиль воспитания гораздо чаще приводит к формированию низкой и заниженной самооценки школьников, что несомненно является негативным фактором.

По результатам констатирующего этапа экспериментальной работы, было определено, что у значительной части детей выявлена низкая и заниженная самооценка, а их родителей авторитарный, либеральный и индифферентный стиль воспитания, которые оказывают влияние на формирование данной самооценки. Полученные результаты привели нас к выводу о необходимости разработки и реализации программы по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания.

Программа по формированию адекватной самооценки разработана на основе нормативно-правовых документов и методических материалов по начальному образованию и предназначена для работы с детьми младшего школьного возраста и их родителями. Цель программы: психолого-педагогическое содействие формированию адекватной самооценки у детей младшего дошкольного возраста и коррекция типов семейного воспитания в семье.

Программа состоит из 8 занятий, продолжительность занятия 45 минут – 1 академический час, занятия разделены на 3 блока: 1) снижение тревожности. Развитие положительных эмоций; 2) коррекция высокой тревожности. Развитие доверия; 3) формирование положительного самоотношения. Развитие адекватной самооценки. В рамках реализации программы по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания было проведено 5 занятий с родителями детей

экспериментальной группы.

Исходя из полученных данных на контрольном этапе эксперимента, мы выяснили, что количество испытуемых с адекватной самооценкой в экспериментальной группе увеличилось на 16,66%, при этом в контрольной группе их количество увеличилось лишь на 4,45%.

По результатам контрольного этапа экспериментальной работы, было определено, что у большинства детей экспериментальной группы была выявлена адекватная и завышенная самооценка, а у родителей адекватная самооценка. Данные результаты свидетельствуют о результативности реализованной программы по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания.

Заключение

Подготовка учащихся к самостоятельному совершенствованию своих знаний как одна из центральных задач школы на современном этапе делает особо значимой проблему формирования активной позиции учащегося в учебном процессе, превращения его в подлинного субъекта учебной деятельности. Последнее требует умения всесторонне и объективно оценить особенности своей личности и деятельности, т.е. определенного уровня развития самооценки.

Понятие детской самооценки в силу возраста определяется как неустойчивая, имеющая возможность меняться в зависимости от обстоятельств, отношения к ребенку родителей, учителей и сверстников. Изначально самооценка строится на отношении родителей и близких родственников по отношению к ребенку, именно они закладывают начало самооценки своими действиями, суждениями и типом воспитания.

Именно семья играет важную роль в благополучном развитии личности ребенка. Смотря на родителей, ребенок учится новому, учится основам взаимоотношений между людьми, каким образом допустимо общаться с другими, а как делать не стоит. Родители являются главными фигурами в жизни ребенка, потому им также стоит следить за своим поведением, а не просто говорить ребенку как ему стоит делать, а что делать нельзя, от их действий зависит то, какие нормы и правила усвоит ребенок.

Адекватная самооценка ребенка предполагает его здоровое восприятие себя и окружающего мира, что сказывается на его сферы жизни, такие как семья и школа. Помогает ребенку справляться с трудностями, дает умение постоять за себя, проявляет интерес к новому, и не боится выходить в свет.

Низкая самооценка будет лишь мешать ребенку в повседневной жизни. Он будет неспособен защитить себя, не сможет коммуницировать с окружающими людьми, потому что будет их бояться, или нарываться на

конфликт.

В зависимости от типа воспитания в семье также складывается отношение ребенка к миру и к людям, авторитетный тип воспитания поможет ребенку не только в формировании адекватной самооценки, но и в адекватном отношении и восприятии окружающих. Анализ научной литературы позволил выявить, что прослеживается взаимосвязь между самооценкой и типом взаимоотношений в семье.

Адекватная самооценка и хорошая социальная и личная адаптированность, сочетаются с наличием теплых, доверительных отношений между детьми и родителями. Дети с низкой самооценкой, выраженным чувством собственной изолированности и ненужности, малой социальной активностью и неудовлетворенностью в межличностных контактах имели негативный опыт внутрисемейных отношений. Стиль родительского воспитания зависит от особенностей личности родителей, эмоционального принятия или отвержения ребенка, степени контроля и выраженности стремления к социальной желательности.

В экспериментальной работе приняли участие младшие школьники, которые обучались в 3 «Б» (24 человека) и 3 «В» (22 человека), возраст детей 9-10 лет. Также в исследовании приняли участие 18 родителей данных детей. По итогам контрольного этапа экспериментальной работы было выяснено, что 44,44% родителей проецируют на ребенка собственные качества, что обуславливает такими нарушениями в поведении родителей как: эмоциональное отвержение и жестокое обращение.

По результатам констатирующего этапа экспериментальной работы, было определено, что у значительной части детей выявлена низкая и заниженная самооценка, а их родителей авторитарный, либеральный и

индифферентный стиль воспитания, которые оказывают влияние на формирование данной самооценки. Полученные результаты привели нас к выводу о необходимости разработки и реализации программы по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания.

Программа по формированию адекватной самооценки разработана на основе нормативно-правовых документов и методических материалов по начальному образованию и предназначена для работы с детьми младшего школьного возраста и их родителями. Цель программы: психолого-педагогическое содействие формированию адекватной самооценки у детей младшего дошкольного возраста и коррекция типов семейного воспитания в семье.

По результатам контрольного этапа экспериментальной работы, было определено, что у большинства детей экспериментальной группы была выявлена адекватная и завышенная самооценка, а у родителей адекватная самооценка. Данные результаты свидетельствуют о результативности реализованной программы по формированию самооценки личности ребенка и корректировке типов семейного воспитания.

Библиографический список

1. Амонашвили Ш.А. Воспитательная и образовательная функции оценок и учения школьников. – 2-е изд.- М.: Дрофа, 2019. – 68 с.
2. Ананьев Б.Г. Психология педагогической оценки. Избранные психологические труды. Том 2. – М.: МПСИ, 2018. – 134 с.
3. Антонова Г.П. Типические особенности умственной деятельности младших школьников. – М.: Академия, 2016. – 97 с.
4. Арутюнянц Э. Педагогический потенциал семьи и проблема социального инфантилизма молодёжи / Отец в современной семье. – Вильнюс, 2005. – 558 с.
5. Бабанский Ю.К. Оптимизация учебно-воспитательного процесса в учебной деятельности. – М.: Педагогическое общество России, 2018. – 269 с.
6. Блонский, П.П. Школьная успеваемость. Избранные педагогические произведения. – М.: Питер Бук, 2019. – 184 с.
7. Большая Советская Энциклопедия А. И. Липкиной – М: А.И. Липкина: Самооценка. – 2004. – 698 с.
8. Бороздина Г.В. Психология делового общения. – М.: Гардарики, 2017. – 274 с.
9. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей: руководство практического психолога / Джон Боулби; [пер. с англ. В. В. Старовойтова]; Российская акад. наук, Ин-т Философии. - 2-е изд. – М.: Канон+, 2016. – 270 с.
10. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство. – М.: Владос - пресс, 2017. – 160 с.
11. ВОЗ. Психологическое здоровье подростков. 2021 г. [Электронный ресурс]: режим доступа: <https://www.who.int/ru/news->

room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health (Дата обращения 10.06.2025)

12. Волков Б. С. Младший школьник: как помочь ему учиться. – М.: Академический проект, 2016. - 142 с.

13. Волков Б.С. Психология младшего школьника: учебное пособие для вузов. - М.: Академ. Проект: Альма Матер, 2015. - 208 с.

14. Выготский Л.С. Мышление и речь: психологические исследования / Л.С. Выготский; под ред. и со вступ. статьей В. Колбановского. - Москва; Ленинград: Соцэкгиз, 1934. – 324 с.

15. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т.- М.: мпси, 2018. - 374 с.

16. Гальперин П. Я. Проблемы формирования знаний и умений и новые методы обучения в школе. Сборник статей. - М.: Харвест, 2018. - 154 с.

17. Горбачева В. А. К вопросу формирования оценки и самооценки у детей. - М.: Академия, 2019. - 86 с.

18. Давыдов В. В. Возрастная и педагогическая психология: учебник для студентов пед. институтов. – М.: Вита-Пресс, 2018. – 288 с.

19. Дарвиш О.Б. Возрастная психология: учебное пособие для студентов вузов / под ред. В.Е. Ключко. - М.: Владос-Пресс, 2016. - 264 с.

20. Драгунова Т.В. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков. – М.: Педагогическое общество России, 2015. – 156 с.

21. Дубровина В.В. Возрастные возможности усвоения знаний / Под ред. Д. Б. Эльконина, В. В. Давыдова. – М.: Просвещение, 2017. - 156 с.

22. Ершова И.А. Основные направления консультативной работы с семьей: учебное пособие для студентов вуза, обучающихся по направлению подготовки 37.04.01 "Психология" / И. А. Ершова, М. Е. Пермякова, А. М. Вильгельм; Министерство образования и науки Российской Федерации, Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина, [Уральский гуманитарный институт]. - Екатеринбург: Изд-во Уральского ун-та, 2018. – 147 с.

23. Карабанова, О.А. Детско-родительские отношения и практика воспитания в семье: кросс-культурный аспект // Современная зарубежная психология. – 2017. – № 2 (6). – С. 15–26. Клецина И.С. Гендерная социализация: Учебное пособие. - СПб.: Питер, 2018. - 214 с.

24. Клецина И.С. От психологии пола к гендерным исследованиям в психологии // Вопросы психологии, 2017. С.61-78.

25. Коджаспирова Г.М. Педагогический словарь: Для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений. - М.: Гардарики, 2019. - 176 с.

26. Козуб М.В. Психолого-педагогические условия развития детско-родительских отношений: учебное пособие / М.В. Козуб. – Липецк: Липецкий ГПУ, 2021. – 92 с.

27. Кондратьева С. В. Практическая психология: учебно-методическое пособие. - Минск: Университетское, 2015. - 212 с.

28. Королева Е. В. Проблемные ситуации в школе и способы их решения. - М.: Аркти, 2018. - 114 с.

29. Крутецкий В.А. Психологические особенности младшего школьника //Семенюк Л.М. Хрестоматия по возрастной психологии: учебное пособие для студентов/под ред. Д.И. Фельдштейна: издание 2-е, дополненное. - М.: МПСИ, 2019. - 304 с.
30. Кураев Г.А. Возрастная психология: Курс лекций. - Ростов-на-Дону: УНИИ РГУ, 2017. – 146 с.
31. Курышева, О. В. Влияние самооценки старших дошкольников на их межличностные отношения в группе / О.В. Курышева, Т.Р. Гафурова, К.В. Курлина / Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. –2016. – 99-105 с.
32. Леонтьев А.Н. О диагностических методах психологического исследования школьников. – М.: Астрель, 2015. – 67 с.
33. Леонтьев А.Н. Психологические основы развития ребенка и обучения: / А.Н. Леонтьев; под ред. Д.А. Леонтьева, А.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2009. – 422 с.
34. Леонтьев, А. Н. Проблемы развития психики. / А. Н. Леонтьев. –М.: Изд-во МГУ. – 1972. – 576 с.
35. Личко А.Н. Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков / Личко А. Е. - Москва: ИОИ, 2016. – 335 с.
36. Марцинковская Т.Д. Детская практическая психология / Т.Д. Марцинковская, Е.И. Изотова, Т.Н. Счастливая и др. // Учебник для вузов – М.: Гардарики, 2013. - 52 с.
37. Матюхина М.В. Возрастная и педагогическая психология / М.В. Матюхина, Т.С. Михальчук, Н.Ф. Прокина // Учебное пособие для студентов. – Москва, 1984. — С. 161–163

38. Менчинская Н. А. Проблемы обучения, воспитания и психического развития ребёнка. – М.: Модэк, 2014. – 142 с.
39. Мещеряков Б. Самооценка. Большой психологический словарь / Б. Мещеряков, В. Зинченко. – Москва : Олма-пресс, 2004. – 156 с.
40. Молчанова, О. Н. Психология самооценки: учебное пособие для вузов / О. Н. Молчанова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Изд-во Юрайт, 2023. – 308 с.
41. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. – М.: Сфера, 2018. – 256 с.
42. Огурцова, М.А. Изучение взаимосвязи показателей опыта сотрудничества и самооценки в младшем школьном возрасте / М.А. Огурцова // Психологические науки: теория и практика : материалы III Междунар. науч. конф. (г. Москва, июнь 2015 г.). – М.: Буки-Веди, 2015. – С.68-72.
43. Олийных, Л. Как помочь школьнику повысить самооценку / Л. Олийных // Воспитание школьников. – 2017. – №1. – С. 29-31.
44. Осипова А. А. Общая психокоррекция / А. А. Осипова. – Москва, 2005 – 512 с.
45. Подласый И. П. Педагогика начальной школы : учебник / И. П. Подласый. – Москва :Владос, 2008. – С. 66.
46. Поливанова, К.Н. Психология возрастных кризисов: учеб. пособие для студ. высш. пед. заведений / К. Н. Поливанова. – Москва, 2020. –184 с.

47. Родители и дети: Психология взаимоотношений / Под ред. Е.А. Савиной, Е.О. Смирновой. - Москва: Когито-Центр, 2003 (ППП Тип. Наука). – 228 с.

48. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – Москва, 2019 – 705 с.

49. Савинков С.Н. Семейное воспитание и развитие личности ребенка: книга для родителей и педагогов: 10 правил от семейного психолога, которые должен знать каждый / Станислав Савинков. - СПб: Весь, 2020. – 269 с.

50. Савинова, Е.Ю. Исследование уровня самооценки младших школьников / Е.Ю. Савинова // Педагогическое мастерство: материалы I Междунар. науч. конф. (г. Москва, апрель 2020 г.). – Москва: Буки-Веди, 2020. – С.178-180.

51. Савонько Е. И. Возрастные особенности соотношения ориентации школьников на самооценку и на оценку людьми. – М.: Педагогическое общество России, 2015. – 54 с.

52. Сантагостино П. Как воспитать уверенного в себе ребенка и укрепить его самооценку. - М.: Диля, 2015. – 112 с.

53. Сергеева, Б.В. Педагогические условия формирования самооценки в младшем школьном возрасте / Б.В. Сергеева, Т.К. Габелия // Актуальные задачи педагогики : материалы VII Междунар. науч. конф. (г. Чита, апрель 2016 г.). – Чита : Издательство Молодой ученый, 2016. – С.9-12.

54. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. -СПб.: ООО Речь, 2019. - 250 с.

55. Скаткин М.Н. Совершенствование процесса обучения. - М.: Педагогическое общество России, 2017. - 113 с.
56. Складорова Т.В. Возрастная педагогика и психология: учеб. пособие для студентов пед. вузов. - М.: Покров, 2016. - 143 с.
57. Славина, Л.С. Роль поставленной перед ребенком цели и образованного им самим намерения как мотивов деятельности школьника // Изучение мотивации поведения детей и подростков / Под ред. Л.И. Божович, Л. В. Благондежиной; Науч.-исслед. ин-т общ. и пед. психологии АПН СССР. – Москва: Педагогика, 2022. – С. 45-80.
58. Соболева А.Е. Специфические особенности зависимости успеваемости по основным школьным предметам от состояния ВПФ у детей // Психологическая наука и образование. - 2018. - № 2. - С. 76-81
59. Степанов, С. Битянова, М. Стили родительского поведения // Школьный психолог, 2000. № 5. – С. 52-56.
60. Столин, В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. – Москва : Издательство Московского Университета, 2020. – 284 с.
61. Сычевич, И.В. Самооценка детей младшего школьного возраста: метод. рекомендации / И. В. Сычевич. – Могилев : МГУ им. А.А. Кулешова, 2017. – 40 с.
62. Троицкая, И.Ю. Специфика самооценки в младшем школьном возрасте / И.Ю. Троицкая, Т.Н. Петрова // Молодой ученый. – 2017. – № 6 (140). – С. 207-209.
63. Фельдштейн, Д. И. Психология развития человека как личности: Избр. тр.: В 2 т. Т.1 / Д. И. Фельдштейн. – М.: Моск. психол.-социал. ин-т; Воронеж: МОДЭК, 2015. – 568 с.

64. Царева, С.В. К вопросу о самооценке детей младшего школьного возраста / С. В. Царева // Молодой ученый. – 2017. – № 2 (136). – С. 710-713.

65. Цукерман, Г.А. Оценка без отметки / Г.А. Цукерман. – М.: Педагогический центр «Эксперимент», 2019. – 551 с.

66. Чернецкая, Л.В. Развитие коммуникативных способностей у дошкольников: практическое руководство для педагогов и психологов ДОУ / Л.В. Чернецкая. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005 – 256 с.

67. Чеснокова, И.И. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. – М., 2017 – 236 с.

68. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Эйдемиллер, В. Юстицкис. - 4-е изд., перераб. и доп. - Москва [и др.]: Питер, 2008. – 668 с.

69. Эйдемиллер Э.Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Эйдемиллер, В. Юстицкис. – 4-е изд., перераб. и доп. - Москва [и др.]: Питер, 2008. – 668 с.

70. Эриксон Э. Детство и общество / Эрик Г. Эриксон; Пер. [с англ.] и науч. ред.: А.А. Алексеев. – 2 изд., перераб, и доп. - СПб.: Лет. сад, 2000. – 415 с.

Приложение 1.

«Анализ семейных взаимоотношений» Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В

Методика Эйдемиллера Э.Г. и Юстицкиса В.В. "Анализ семейных взаимоотношений" (АСВ) позволяет определить, каким образом родители воспитывают ребенка в семье. Для этого измеряется 11 шкал, относящихся к нарушениям процесса воспитания: гиперпротекция, гипопротекция, потворствование, игнорирование потребностей ребенка, чрезмерность требований-обязанностей ребенка, недостаточность требований-обязанностей ребенка, чрезмерность требований-запретов, недостаточность требований-запретов к ребенку, строгость санкций (наказаний) за нарушение требований ребенком, минимальность санкций, неустойчивость стиля воспитания.

Затем можно получить ответ на вопрос: почему они воспитывают его так, измерив следующие 9 шкал, относящихся к личностным проблемам родителей, которые они решают за счет ребенка. Расширение сферы родительских чувств, предпочтение в подростке детских качеств, воспитательная неуверенность родителя, фобия утраты ребенка, неразвитость родительских чувств, проекция на ребенка (подростка) собственных нежелательных качеств, вынесение конфликта между супругами в сферу воспитания, предпочтение мужских качеств, предпочтение женских качеств.

Дополнительная двадцать первая шкала построена А.Л. Лихтарниковым и измеряет асоциальность отношений в семье. Шкала создана методом контрастных групп: рассматривались пункты опросника АСВ, имеющие значимые различия по Т-критерию с уровнем значимости не хуже 0,01 на выборках А) здоровых семей; Б) семей с ребенком, совершившим правонарушение и находящимся на учете в ИДН. Высокие значения шкалы асоциальных отношений в семье получают конфликтные семьи, где нет взаимопонимания между родителями и между родителями и ребенком, родители не знают, чем ребенок занят и не доверяют ему, предоставляют его самому себе, иногда непредсказуемо наказывают, манипулируют им, настраивая ребенка против другого супруга. Эта шкала могла бы быть иначе названа шкалой простых жестоких игр.

Работа с родителями предполагает освещение таких проблем, как закономерности психического развития, роль наследственности и среды в формировании личности ребенка, значение активной деятельности ребенка, опосредованной общением со взрослыми. В этом ключе важно определить тип воспитания детей. В случае, если этот тип способствует возникновению и

развитию патологических изменений личности ребенка, приходится находить ответ на вопрос: почему родители воспитывают именно таким образом, т.е. каковы причины, вызывающие данный тип воспитания. Предлагаемый опросник АСВ помогает психологу ответить на данные выше вопросы, является незаменимым в работе, связанной с семейной психотерапией.

Заполнение опросника предполагает создание доверительной атмосферы между психологом и родителем (родителями). Опрос может проходить в присутствии психолога или же опросники могут быть даны для заполнения дома. Каждый опрашиваемый (если их двое — мать и отец) получает свой текст опросника и бланк регистрации ответов. Психолог, проводящий исследование, зачитывает инструкцию, убеждается, что опрашиваемые ее правильно поняли. Он просит родителей заполнять опросник независимо друг от друга. После того как родители приступили к заполнению анкеты, повторное инструктирование или пояснения не желательны.

Инструкция

Уважаемый родитель! Предлагаемый Вам опросник содержит утверждения о воспитании детей. Утверждения пронумерованы. Такие же номера есть в "Бланке для ответов".

Читайте по очереди утверждения опросника. Если Вы в общем согласны с ними, то на "Бланке для ответов" обведите кружком номер утверждения. Если Вы в общем не согласны – зачеркните этот же номер в бланке. Если очень трудно выбрать, то поставьте на номере вопросительный знак. Старайтесь, чтобы таких ответов было не больше 5.

В опроснике нет "неправильных" или "правильных" утверждений. Отвечайте так, как Вы сами думаете. Этим Вы поможете психологу в работе с Вами.

На утверждения, номера которых выделены в опроснике курсивом, отцы могут не отвечать.

Обработка результатов

Бланк регистрации ответов составлен так, что номера ответов, относящиеся к одной шкале, расположены в одной строке (правда, для некоторых шкал таких строк две — вверху и внизу). В крайнем правом столбце указаны сокращенные названия шкал. Справа от сокращенного названия шкал указано диагностическое значение для каждой шкалы.

Так, например, ответы на вопросы 1, 21, 41, 61 и 81, а также 101, 107, 113, 119, 125 (всего десять вопросов) относятся к шкале Г+ (гиперпротекция), диагностическое значение которой равно 7. Для подсчета баллов по каждой шкале необходимо подсчитать число обведенных в соответствующей строке

номеров. Если названия шкал подчеркнуты, как, например, Г+, то к результату необходимо прибавить число баллов по дополнительной шкале, которая находится в нижней части бланка и обозначена теми же буквами. Если число баллов достигает или превышает диагностическое значение, то у обследуемого родителя диагностируется соответствующая особенность стиля воспитания.

При обнаружении нескольких особенностей (отклонений) воспитания следует обратиться к **Таблице «Диагностика типов негармоничного (патологизирующего) семейного воспитания»** для установления конкретного, присутствующего в воспитательном поведении данного родителя типа семейного воспитания.

Диагностика типов негармоничного семейного воспитания

Названия шкал	Устойчивые сочетания особенностей воспитательного процесса				
	Уровень протекции	Полнота удовлетворения потребностей	Степень предъявления требований	Степень запретов	Строгость санкций
	(Г+, Г-)	(У+, У-)	(Т+, Т-)	(З+, З-)	(С+, С-)
Потворствующая гиперпротекция	+	+	-	-	-
Доминирующая гиперпротекция	+	±	+	+	+
Повышенная моральная ответственность	+	-	+	+	+
Эмоциональное отвержение	-	-	+	+	+
Жестокое обращение	-	-	+	±	+
Гипопротекция	-	-	-	-	±

Примечание:

- + означает чрезмерную выраженность соответствующей черты воспитания;
- - недостаточную выраженность;
- ± означает, что при данном типе воспитания возможны как чрезмерность, так и недостаточность или невыраженность.

Интерпретация результатов

Описание шкал

Дадим описание шкал опросника АСВ, которые предназначены для диагностики типов негармоничного воспитания.

Уровень протекции в процессе воспитания (шкалы Г+ и Г-)

Речь идет о том, сколько сил, внимания, времени уделяют родители при воспитании ребенка. Наблюдаются два уровня протекции: чрезмерная (гиперпротекция) и недостаточная (гипопротекция).

• **Гиперпротекция (шкала Г+).** При гиперпротекции родители уделяют ребенку крайне много времени, сил и внимания, и воспитание его стало центральным делом их жизни. Типичные высказывания таких родителей использованы при разработке настоящей шкалы (утверждения шкалы Г+ опросника АСВ).

• **Гипопротекция (шкала Г-).** Ситуация, при которой ребенок или подросток оказывается на периферии внимания родителя, до него «не доходят руки», родителю «не до него». Ребенок часто выпадает у них из виду. За него берутся лишь время от времени, когда случается что-то серьезное.

Степень удовлетворения потребностей ребенка (шкалы У+ и У-)

Речь идет о том, в какой мере деятельность родителей нацелена на удовлетворение потребностей ребенка, как материально-бытовых (в питании, одежде, предметах развлечения), так и духовных – прежде всего в общении с родителями, в их любви и внимании. Данная черта семейного воспитания принципиально отличается от уровня протекции, поскольку характеризует не меру занятости родителей воспитанием ребенка, а степень удовлетворения его потребностей. Так называемое «спартанское воспитание» является примером высокого уровня протекции (поскольку родитель много занимается воспитанием) и низкого уровня удовлетворения потребностей ребенка. В степени удовлетворения потребностей возможны два отклонения.

• **Потворствование (шкала У+).** О потворствовании мы говорим в тех случаях, когда родители стремятся к максимальному и некритическому удовлетворению любых потребностей ребенка или подростка. Они «балуют» его. Любое его желание – для них закон. Объясняя необходимость такого воспитания, родители приводят аргументы, являющиеся типичной рационализацией, – «слабость ребенка», его исключительность, желание дать ему то, чего был сам лишен в свое время родителями, что ребенок растет без отца и т.д. Типичные высказывания приведены в шкале У+. При потворствовании родители бессознательно проецируют на детей свои ранее не удовлетворенные потребности и ищут способы заместительного удовлетворения их за счет воспитательных действий.

• **Игнорирование потребностей ребенка (шкала У-).** Данный стиль воспитания характеризуется недостаточным стремлением родителя к удовлетворению потребностей ребенка. Чаще страдают при этом духовные потребности, особенно потребность в эмоциональном контакте, общении с родителем.

Количество и качество требований к ребенку в семье (шкалы Т+, Т- и З+, З-)

Требования к ребенку – неотъемлемая часть воспитательного процесса. Они выступают, во-первых, в виде обязанностей ребенка, т.е. в тех заданиях, которые он выполняет, – учеба, уход за собой, участие в организации быта, помощь другим членам семьи. Во-вторых, это требования-запреты, устанавливающие, чего ребенок не должен делать. Наконец, невыполнение требований ребенком может повлечь применение санкций со стороны родителей – от мягкого осуждения до суровых наказаний. Формы нарушений системы требований к ребенку различны, поэтому высказывания родителей, отражающие их, представлены в целом ряде шкал: Т+, Т-; З+, З-; С+, С-.

Требования-обязанности – это перечень повседневных обязанностей ребенка по отношению к себе и по отношению к другим членам семьи.

• **Чрезмерность требований-обязанностей (шкала Т+)**. Именно это качество лежит в основе типа негармоничного воспитания «повышенная моральная ответственность». Требования к ребенку в этом случае очень велики, непомерны, не соответствуют его возможностям и не только не содействуют полноценному развитию его личности, но, напротив, представляют риск психотравматизации.

• **Недостаточность требований-обязанностей ребенка (шкала Т-)**. В этом случае ребенок имеет минимальное количество обязанностей в семье. Данная особенность воспитания проявляется в высказываниях родителей о том, как трудно привлечь ребенка к какому-либо делу по дому.

Требования-запреты, т.е. указания на то, что ребенку нельзя делать, определяют прежде всего степень его самостоятельности, возможность самому выбирать способ поведения. И здесь возможны две степени отклонения: чрезмерность и недостаточность требований-запретов.

• **Чрезмерность требований-запретов (шкала З+)**. Такой подход может лежать в основе типа негармонического воспитания – «доминирующая гиперпротекция». В этой ситуации ребенку «все нельзя». Ему предъявляется огромное количество требований, ограничивающих его свободу и самостоятельность. У стеничных детей и подростков такое воспитание форсирует реакции оппозиции и эмансипации, у менее стеничных предопределяет развитие черт сензитивной и тревожно-мнительной (психастенической) акцентуации. Типичные высказывания родителей отражают их страх перед любыми проявлениями самостоятельности ребенка. Этот страх проявляется в резком преувеличении последствий, к которым

может привести хотя бы незначительное нарушение запретов; а также в стремлении подавить самостоятельность мысли ребенка.

• **Недостаточность требований-запретов к ребенку (шкала З-).** В этом случае ребенку «все можно». Даже если и существуют какие-либо запреты, ребенок или подросток легко их нарушает, зная, что с него никто не спросит. Он сам определяет круг своих друзей, время еды, прогулок, свои занятия, время возвращения вечером, вопрос о курении и об употреблении спиртных напитков. Он ни за что не отчитывается перед родителями. Родители при этом не хотят, или не могут установить какие-либо рамки в его поведении. Данное воспитание стимулирует развитие гипертимного типа личности у подростка и особенно неустойчивого типа.

Строгость санкций (наказаний) за нарушение требований ребенком (шкалы С+ и С-)

• **Чрезмерность санкций (шкала С+)** (тип воспитания «жесткое обращение»). Для родителей характерны приверженность к применению строгих наказаний, чрезмерное реагирование даже на незначительные нарушения поведения. Типичные высказывания родителей отражают их убеждение в полезности для детей и подростков максимальной строгости.

• **Минимальность санкций (шкала С-).** Эти родители предпочитают обходиться либо вовсе без наказаний, либо применяют их крайне редко. Они уповают на поощрения, сомневаются в результативности любых наказаний.

Неустойчивость стиля воспитания (шкала Н)

Под таким воспитанием мы понимаем резкую смену стиля приемов, представляющих собой переход от очень строгого к либеральному и затем, наоборот, переход от значительного внимания к ребенку к эмоциональному отвержению его родителями.

Неустойчивость стиля воспитания, по мнению К.Леонгарда, содействует формированию таких черт характера, как упрямство, склонность противостоять любому авторитету, и является нередкой ситуацией в семьях детей и подростков с отклонениями характера.

Родители, как правило, признают факт незначительных колебаний в воспитании ребенка, однако недооценивают размах и частоту этих колебаний.

Расширение сферы родительских чувств (шкала РРЧ)

Обусловливаемое нарушение воспитания – повышенная протекция (потворствующая или доминирующая).

Данный источник нарушения воспитания возникает чаще всего тогда, когда супружеские отношения между родителями в силу каких-либо причин оказываются нарушенными: супруга нет – смерть, развод, либо отношения с ним не удовлетворяют родителя, играющего основную роль в воспитании

несоответствие характеров, эмоциональная холодность и др.). Нередко при этом мать, реже – отец, сами того четко не осознавая, хотят, чтобы ребенок, а позже подросток стал для них чем-то большим, нежели просто ребенком. Родители хотят, чтобы он удовлетворил хотя бы часть потребностей, которые в обычной семье должны быть удовлетворены в психологических отношениях супругов, – потребность во взаимной исключительной привязанности, частично – эротические потребности.

Мать нередко отказывается от вполне реальной возможности повторного замужества. Появляется стремление отдать ребенку (подростку) – чаще противоположного пола – «все чувства, всю любовь». В детстве стимулируется эротическое отношение к родителям – ревность, детская влюбленность. Когда ребенок достигает подросткового возраста, у родителя возникает страх перед самостоятельностью подростка. Появляется стремление удержать его с помощью потворствующей или доминирующей гиперпротекции.

Стремление к расширению сферы родительских чувств за счет включения эротических потребностей в отношения матери и ребенка, как правило, ею не осознается. Эта психологическая установка проявляется косвенно, в частности в высказываниях, что ей никто не нужен, кроме сына, и в характерном противопоставлении идеализированных ею собственных отношений с сыном не удовлетворяющим ее отношениям с мужем. Иногда такие матери осознают свою ревность к подругам сына, хотя чаще они предъявляют ее в виде многочисленных придирок к ним.

Предпочтение в подростке детских качеств (шкала ПДК)

Обусловливаемое нарушение воспитания – потворствующая гиперпротекция. В этом случае у родителей наблюдается стремление игнорировать повзросление детей, стимулировать у них сохранение таких детских качеств, как непосредственность, наивность, игривость. Для таких родителей подросток все еще маленький. Нередко они открыто признают, что маленькие дети вообще им нравятся больше, что с большими не так интересно. Страх или нежелание повзросления детей могут быть связаны с особенностями биографии самого родителя (он имел младшего брата или сестру, на которых в свое время переместилась любовь родителей, в связи с чем свой старший возраст воспринимался как несчастье).

Рассматривая подростка как «еще маленького», родители снижают уровень требований к нему, создавая потворствующую гиперпротекцию, тем самым стимулируя развитие психического инфантилизма.

Воспитательная неуверенность родителя (шкала ВН)

Обусловливаемое нарушение воспитания – потворствующая гиперпротекция либо просто пониженный уровень требований. Воспитательную неуверенность родителя можно было бы назвать «слабым местом» личности родителя. В этом случае происходит перераспределение власти в семье между родителями и ребенком (подростком) в пользу последнего. Родитель «идет на поводу» у ребенка, уступает даже в тех вопросах, в которых уступать, по его же мнению, никак нельзя. Это происходит потому, что подросток сумел найти к своему родителю подход, нащупал его «слабое место» и добивается для себя в этой ситуации «минимум требований – максимум прав». Типичная комбинация в такой семье – бойкий, уверенный в себе подросток (ребенок), смело выдвигающий требования, и нерешительный, винящий себя во всех неудачах с ним, родитель.

В одних случаях «слабое место» обусловлено психастеническими чертами личности родителя. В других – определенную роль в формировании этой особенности могли сыграть отношения родителя с его собственными родителями. В определенных условиях дети, воспитанные требовательными, эгоцентричными родителями, став взрослыми, видят в своих детях ту же требовательность и эгоцентричность, испытывают по отношению к ним то же чувство «неоплатного должника», что испытывали ранее по отношению к собственным родителям.

Характерная черта высказываний таких родителей – признание ими массы ошибок, совершенных в воспитании. Они боятся упрямства, сопротивления своих детей и находят довольно много поводов уступить им.

Фобия утраты ребенка (шкала ФУ)

Обусловливаемое нарушение воспитания – потворствующая или доминирующая гиперпротекция. «Слабое место» – повышенная неуверенность, боязнь ошибиться, преувеличенные представления о «хрупкости» ребенка, его болезненности и т.д.

Один источник таких переживаний родителей коренится в истории появления ребенка на свет – его долго ждали, обращения к врачам-гинекологам ничего не давали, родился хрупким и болезненным, с большим трудом удалось его выводить и т.д.

Еще один источник – перенесенные ребенком тяжелые заболевания, если они были длительными. Отношение родителей к ребенку или подростку формировалось под воздействием страха утраты его. Этот страх заставляет родителей тревожно прислушиваться к любым пожеланиям ребенка и спешить удовлетворить их (потворствующая гиперпротекция), в других случаях – мелочно опекать его (доминирующая гиперпротекция).

В типичных высказываниях родителей отражена их ипохондрическая боязнь за ребенка: они находят у него множество болезненных проявлений, свежи воспоминания о прошлых, даже отдаленных во времени переживаниях по поводу здоровья подростка.

Неразвитость родительских чувств (шкала НРЧ)

Обусловливаемые нарушения воспитания – гипопротекция, эмоциональное отвержение, жестокое обращение.

Адекватное воспитание детей и подростков возможно лишь тогда, когда родителями движут какие-либо достаточно сильные мотивы: чувство долга, симпатия, любовь к ребенку, потребность «реализовать себя» в детях, «продолжить себя».

Слабость, неразвитость родительских чувств нередко встречается у родителей подростков с отклонениями личностного развития. Однако это явление очень редко ими осознается, а еще реже признается как таковое. Внешне оно проявляется в нежелании иметь Дело с ребенком (подростком), в плохой переносимости его общества, поверхностности интереса к его делам. Причиной неразвитости родительских чувств может быть отвержение самого родителя в детстве его родителями, то, что он сам в свое время не испытал родительского тепла.

Другой причиной НРЧ могут быть личностные особенности родителя, например выраженная шизоидность.

Замечено, что родительские чувства нередко значительно слабее развиты у очень молодых родителей, имея тенденцию усиливаться с возрастом (пример любящих бабушек и дедушек).

При относительно благоприятных условиях жизни семьи НРЧ обуславливает тип воспитания «гипопротекция» и особенно «эмоциональное отвержение». При трудных, напряженных, конфликтных отношениях в семье на ребенка часто перекладывается значительная доля родительских обязанностей – тип воспитания «повышенная моральная ответственность» – либо к нему возникает раздражительно-враждебное отношение.

Типичные высказывания родителей содержат жалобы на то, насколько утомительны родительские обязанности, сожаление, что эти обязанности отрывают их от чего-то более важного и интересного. Для женщин с неразвитым родительским чувством довольно характерны эмансипационные устремления и желание любым путем «устроить свою жизнь».

Проекция на ребенка (подростка) собственных нежелательных качеств (шкала ПНК)

Обусловливаемые нарушения воспитания – эмоциональное отвержение, жестокое обращение. Причиной такого воспитания нередко бывает то, что в

ребенке родитель как бы видит черты характера, которые чувствует, но не признает в самом себе. Это могут быть: агрессивность, склонность к лени, влечение к алкоголю, те или иные склонности, негативизм, про-тестные реакции, несдержанность и т.д. Ведя борьбу с такими же, истинными или мнимыми, качествами ребенка, родитель (чаще всего – отец) извлекает из этого эмоциональную выгоду для себя. Борьба с нежелаемым качеством в ком-то другом помогает ему верить, что у него данного качества нет.

Родители много и охотно говорят о своей непримиримой и постоянной борьбе с отрицательными чертами и слабостями ребенка, о мерах и наказаниях, которые они в связи с этим применяют. В высказываниях родителя сквозит неверие в ребенка, нередко инквизиторские интонации; характерным стремлением является выявить в любом поступке «истинную», т.е. плохую, причину. В качестве таковой чаще всего выступают качества, с которыми родитель неосознаваемо борется.

Вынесение конфликта между супругами в сферу воспитания (шкала ВК)

Обусловливаемые нарушения воспитания – противоречивый тип воспитания – соединение потворствующей гиперпротекции одного родителя с отверженцем либо доминирующей гиперпротекцией другого.

Конфликтность во взаимоотношениях между супругами – частое явление даже в относительно стабильных семьях. Нередко воспитание превращается в «поле битвы» конфликтующих родителей. Здесь они получают возможность наиболее открыто выразить недовольство друг другом, руководствуясь «заботой о благе ребенка». При этом разница во мнениях родителей чаще всего бывает диаметральной: один настаивает на весьма строгом воспитании с повышенными требованиями, запретами и санкциями, другой же родитель склонен «жалеть» ребенка, идти у него на поводу.

Характерное проявление ВК – выражение недовольства воспитательными методами другого супруга. При этом легко обнаруживается, что каждого интересует не столько то, как воспитывать ребенка, сколько то, кто прав в воспитательных спорах. Шкала ВК отражает типичные высказывания «строгой» стороны. Это связано с тем, что именно «строгая» сторона, как правило, является инициатором обращения к врачу или медицинскому психологу.

Сдвиг в установках родителя по отношению к ребенку в зависимости от его (ребенка) пола

Шкала предпочтения мужских качеств – ПМК и шкала предпочтения женских качеств – ПЖК. Обусловливаемые нарушения воспитания – потворствующая гиперпротекция, эмоциональное отвержение.

Нередко отношение родителя к ребенку обуславливается не действительными особенностями ребенка, а такими чертами, которые родитель приписывает его полу, т.е. «вообще мужчинам» или «вообще женщинам». Так, при наличии предпочтения женских качеств наблюдается неосознаваемое неприятие ребенка мужского пола. В таком случае приходится сталкиваться со стереотипными суждениями о мужчинах вообще: «Мужчины в основном грубы, неопрятны. Они легко поддаются животным побуждениям, агрессивны и чрезмерно сексуальны, склонны к алкоголизму. Любой же человек, будь то мужчина или женщина, должен стремиться к противоположным качествам – быть нежным, деликатным, опрятным, сдержанным в чувствах». Именно такие качества родитель с ПЖК видит в женщинах. Примером проявления установки ПЖК может служить отец, видящий массу недостатков в сыне и считающий, что таковы же и все его сверстники. В то же время этот отец «без ума» от младшей сестры мальчика, так как находит у нее одни достоинства. Под влиянием ПЖК в отношении ребенка мужского пола в данном случае формируется тип воспитания «эмоциональное отвержение». Возможен противоположный перекоп с выраженной антифеминистской установкой, пренебрежением к матери ребенка, его сестрам. В этих условиях по отношению к мальчику может сформироваться воспитание по типу «потворствующая гиперпротекция».

Сочетание различных отклонений в воспитании

Возможно достаточно большое количество сочетаний перечисленных черт семейного воспитания. Однако особенно важное значение с точки зрения анализа причин отклонений характера, а также возникновения непсихотических психогенных нарушений поведения, неврозов и неврозоподобных состояний имеют следующие устойчивые сочетания.

Устойчивые сочетания различных черт воспитания представляют собой тип негармоничного воспитания. Классификация типов негармоничного воспитания также дана в Таблице «Диагностика типов негармоничного (патологизирующего) семейного воспитания»

• **Потворствующая гиперпротекция** (сочетание черт, отраженных в шкалах Г+, У+, при Т-, З-, С-). Ребенок находится в центре внимания семьи, которая стремится к максимальному удовлетворению его потребностей. Этот тип воспитания содействует развитию демонстративных (истероидных) и гипертимных черт личности у подростка.

• **Доминирующая гиперпротекция** (Г+, У±, Т±, З+, С±). Ребенок также в центре внимания родителей, которые отдают ему много сил и времени. Однако в то же время лишают его самостоятельности, ставя многочисленные ограничения и запреты. У гипертимных подростков такие запреты усиливают реакцию эмансипации и обуславливают острые аффективные реакции экстрапунитивного типа. При тревожно-мнительном (психастеническом), сенситивном, астеническом типах акцентуации личности доминирующая гиперпротекция усиливает астенические черты.

• **Эмоциональное отвержение** (Г-, У-, Т±, З±, С±). В крайнем варианте это воспитание по типу «Золушки». В основе эмоционального отвержения лежит осознаваемое или, чаще, неосознаваемое отождествление родителями ребенка с какими-либо отрицательными моментами в собственной жизни. Ребенок в этой ситуации может ощущать себя помехой в жизни родителей, которые устанавливают в отношениях с ним большую дистанцию. Эмоциональное отвержение формирует и усиливает черты инертно-импульсивной (эпилептоидной) акцентуации личности и эпилептоидной психопатии, ведет к декомпенсации и формированию невротических расстройств у подростков с эмоционально-лабильной и астенической акцентуациями.

• **При жестоком обращении родителей с детьми** (Г-, У-, Т±, З±, С+) на первый план выходит эмоциональное отвержение, проявляющееся наказаниями в форме избиений и истязаний, лишением удовольствий, неудовлетворением их потребностей.

• **Гипопротекция** (гипоопека – Г-, У-, Т-, З-, С+). Ребенок предоставлен самому себе, родители не интересуются им и не контролируют его. Такое воспитание особенно неблагоприятно при акцентуациях гипертимного и неустойчивого типов.

Психологические причины отклонений в семейном воспитании

Причины негармоничного воспитания весьма различны. Порой это определенные обстоятельства в жизни семьи, мешающие наладить адекватное воспитание. В этом случае показаны разъяснительная работа и рациональная психотерапия. Однако нередко основную роль в нарушении воспитательного процесса играют личностные особенности самих родителей. Особую роль в практике врача-психотерапевта играют две группы причин.

• **Отклонения личности самих родителей.** Акцентуации личности и психопатии нередко предопределяют определенные нарушения в воспитании. При неустойчивой акцентуации родитель чаще склонен проводить воспитание, характеризующееся гипопротекцией, пониженным удовлетворением потребностей ребенка, пониженным уровнем требований к

нему. Инертно-импульсивная (эпилептоидная) акцентуация родителей чаще других обуславливает доминирование, жесткое обращение с ребенком. Стиль доминирования может также обуславливаться чертами тревожной мнительности. Демонстративно-гиперкомпенсаторная акцентуация личности и истероидная психопатия у родителей нередко предрасполагают к противоречивому типу воспитания: демонстрируемая забота и любовь к ребенку при зрителях и эмоциональное отвержение в отсутствие таковых. Во всех случаях необходимо выявить отклонение личности родителей, убедиться в том, что именно оно играет решающую роль в возникновении нарушений в воспитании. Поэтому внимание врача-психотерапевта направляется на осознание родителями взаимосвязи между особенностями своих личностных характеристик, типом воспитания и нарушениями поведения у подростка или ребенка.

• Психологические (личностные) проблемы родителей, решаемые за счет ребенка. В этом случае в основе негармоничного воспитания лежит какая-то личностная проблема, чаще всего носящая характер неосознаваемой проблемы, потребности. Родитель пытается разрешить ее (удовлетворить потребность) за счет воспитания ребенка. Попытки разъяснительной работы, уговоров изменить стиль воспитания оказываются неэффективными. Перед психологом встает трудная задача выявить психологическую проблему родителя, помочь ему осознать ее, преодолеть действие защитных механизмов, препятствующих такому осознанию.

Шкалы, предназначенные для диагностики причин отклонений в семейном воспитании: РРЧ, ПДК, ВН, ФУ, НРЧ, ПНК, ВК, ПМК и ПЖК.

**Методика «Стратегии семейного воспитания» С.С. Степанова
в модификации И.И. Махониной**

Инструкция: С помощью этого теста попробуйте оценить свою собственную стратегию семейного воспитания. Из четырех вариантов ответа выберите самый для Вас предпочтительный.

1. Чем, по вашему мнению, в большей мере определяется характер человека - наследственностью или воспитанием?

А. Сочетанием врожденных задатков и условий среды.

Б. Преимущественно воспитанием.

В. Главным образом врожденными задатками.

Г. Ни тем, ни другим, а жизненным опытом.

2. Как вы относитесь к мысли о том, что дети воспитывают своих родителей?

А. Это игра слов, софизм, имеющий мало отношения к действительности.

Б. Готов с этим согласиться при условии, что нельзя забывать и о традиционной роли родителей как воспитателей своих детей.

В. Абсолютно с этим согласен (дети воспитывают своих родителей).

Г. Затрудняюсь ответить, не задумывался об этом.

3. Какое из суждений о воспитании вы находите наиболее удачным?

А. Научи сына послушанию, тогда сможешь научить и всему остальному (Томас Фуллер)

Б. Детям нужны не поучения, а примеры (Жозеф Жубер)

В. Цель воспитания - научить детей обходиться без нас (Эрнст Легуве)

Г. Если вам больше нечего сказать ребенку, скажите ему, чтобы он пошел умыться (Эдгар Хоу)

4. Считаете ли вы, что родители должны просвещать детей в вопросах пола?

А. Конечно, в первую очередь это должны сделать родители.

Б. Когда дети достаточно повзрослеют, необходимо будет завести разговор и об этом. А в школьном возрасте главное - позаботиться о том, чтобы оградить их от проявлений безнравственности.

В. Считаю, что родителям следует в доступной форме удовлетворять возникающий у детей интерес к этим вопросам.

Г. Меня никто этому не учил, и их сама жизнь научит.

5. Следует ли родителям давать ребенку деньги на карманные расходы?

А. Лучше всего регулярно выдавать определенную сумму на конкретные цели и контролировать расходы.

Б. Целесообразно выдавать некоторую сумму на определенный срок (на неделю, на месяц), чтобы ребенок сам учился планировать свои расходы.

В. Если попросит, можно и дать.

Г. Когда есть возможность, можно иной раз дать ему какую-то сумму.

6. Как вы поступите, если узнаете, что вашего ребенка обидел одноклассник?

А. Отправлюсь выяснить отношения с родителями обидчика.

Б. Посоветую ребенку, как ему лучше себя вести в таких ситуациях.

В. Огорчусь, постараюсь утешить ребенка.

Г. Дети сами лучше разберутся в своих отношениях, тем более что их обиды недолги.

7. Как вы отнесетесь к сквернословию ребенка?

А. Сквернословие надо пресекать в зародыше! Наказание тут необходимо, а от общения с невоспитанными сверстниками ребенка впредь надо оградить.

Б. Постараюсь довести до его понимания, что в нашей семье, да и вообще среди порядочных людей, это не принято.

В. Ребенок вправе выражать свои чувства, даже тем способом, который нам не по душе.

Г. Подумаешь! Все мы знаем эти слова. Не надо придавать этому значения, пока это не выходит за разумные пределы.

8. Дочь(сын)-подросток хочет провести выходные на даче у подруги, где соберется компания сверстников в отсутствие родителей. Отпустили бы вы ее (его)?

А. Ни в коем случае. Такие сборища до добра не доводят. Если дети хотят отдохнуть и повеселиться, пускай делают это под надзором старших.

Б. Возможно, если знаю ее товарищей как порядочных и надежных ребят.

В. Она вполне разумный человек, чтобы самой принять решение. Хотя, конечно, в ее отсутствие буду немного беспокоиться.

Г. Не вижу причины запрещать.

9. Как вы отреагируете, если узнаете, что ребенок вам солгал?

А. Постараюсь вывести его на чистую воду и пристыдить.

Б. Попробую разобраться, что его побудило солгать.

В. Расстроюсь

Г. Если повод не слишком серьезный, не стану придавать значения.

10. Считаете ли вы, что подаете ребенку достойный пример?

А. Безусловно.

Б. Стараюсь.

В. Надеюсь.

Г. Не знаю.

Обработка и интерпретация результатов.

Стиль поведения соответствует выбранной букве:

А - авторитарный

Б - авторитетный

В - либеральный

Г - индифферентный

Посчитайте выбранные Вами варианты ответов. Чем больше преобладание одного из типов ответов, тем более выражен в вашей семье определенный стиль воспитания.

Если больше ответов А, то у Вас преобладает авторитарный стиль родительского поведения.

Авторитарный стиль (в терминологии других авторов — «автократический», «диктат», «доминирование»). Вы хорошо представляете, каким должен вырасти ваш ребенок, и прилагаете к этому максимум усилий. В своих требованиях вы, вероятно, очень категоричны и неуступчивы. Неудивительно, что ребенку порой неуютно под вашим контролем. Родители с таким стилем воспитания ограничивают самостоятельность ребенка, не считают нужным как-то обосновывать свои требования, сопровождая их жестким контролем, суровыми запретами, выговорами и физическими наказаниями. В подростковом возрасте авторитарность родителей порождает конфликты и враждебность. Наиболее активные, сильные подростки сопротивляются и бунтуют, становятся избыточно агрессивными и нередко покидают родительский дом, как только могут себе это позволить. Робкие, неуверенные подростки приучаются во всем слушаться родителей, не совершая попыток решать что-либо самостоятельно. Если по отношению к старшим подросткам матери склонны реализовывать более «разрешающее» поведение, то авторитарные отцы твердо придерживаются избранного типа родительской власти. При таком воспитании у детей формируется лишь механизм внешнего контроля, основанный на чувстве вины или страха перед наказанием, и как только угроза наказания извне исчезает, поведение подростка может стать потенциально антиобщественным. Авторитарные отношения исключают душевную близость с детьми, поэтому между ними и родителями редко возникает чувство привязанности, что ведет к подозрительности, постоянной настороженности и даже враждебности к окружающим.

Авторитетный стиль (в терминологии других авторов — «демократический», «сотрудничество») – преобладают ответы типа Б. Вы осознаете свою важную роль в становлении личности ребенка, но и за ним самим признаете право на саморазвитие. Трезво понимаете, какие требования необходимо диктовать, какие обсуждать. В разумных пределах готовы пересматривать свои позиции. Родители поощряют личную ответственность и самостоятельность своих детей в соответствии с их возрастными возможностями. Подростки включены в обсуждение семейных проблем, участвуют в принятии решений, выслушивают и обсуждают мнение и советы родителей. Родители требуют от детей осмысленного поведения и стараются помочь им, чутко относясь к их запросам. При этом родители проявляют твердость, заботятся о справедливости и последовательном соблюдении дисциплины, что формирует правильное, ответственное социальное поведение.

Либеральный стиль (в терминологии других авторов — «попустительский», «снисходительный», «гипоопека») - преобладают ответы типа В. Вы высоко цените своего ребенка, считаете простительными его слабости. Легко общаетесь с ним, доверяете ему, не склонны к запретам и ограничениям. Однако стоит задуматься: по плечу ли ребенку такая свобода? Становясь более взрослыми, такие подростки конфликтуют с теми, кто не потакает им, не способны учитывать интересы других людей, устанавливать прочные эмоциональные связи, не готовы к ограничениям и ответственности. С другой стороны, воспринимая недостаток руководства со стороны родителей как проявление равнодушия и эмоционального отторжения, дети чувствуют страх и неуверенность. Неспособность семьи контролировать поведение подростка может привести к вовлечению его в асоциальные группы, поскольку психологические механизмы, необходимые для самостоятельного, ответственного поведения в обществе, у него не сформировались.

Индифферентный стиль - преобладают ответы типа Г. Проблемы воспитания не являются для вас первостепенными, поскольку у вас иных забот немало. Свои проблемы ребенку в основном приходится решать самому. А ведь он вправе рассчитывать на большее участие и поддержку с вашей стороны!

Если среди ваших ответов не преобладает какая-то одна категория, то речь, вероятно, идет о противоречивом стиле воспитания, когда отсутствуют четкие принципы, и поведение родителей диктуется сиюминутным настроением. Постарайтесь понять, каким же вы все-таки хотите видеть своего ребенка, а также самого себя как родителя.

Методика «Лесенка» В.Г. Щур

Методика «Лесенка».

Методика предназначена для выявления системы представлений ребёнка о том, как он оценивает себя сам, как, по его мнению, его оценивают другие люди и как соотносятся эти представления между собой.

Диагностика «Лесенка» проводится в групповой форме

Инструкция:

У каждого участника – бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш; на классной доске нарисована лесенка. «Ребята, возьмите красный карандаш и послушайте задание. Вот лесенка. Представьте, что на этой лесенке стоят все ваши одноклассники. На какой ступеньке стоишь ты? Нарисуй на ней кружок». Затем повторить инструкцию еще раз.

Обработка результатов:

При анализе полученных данных исходите из следующего:

Ступенька 1 – высокий уровень (завышенная самооценка).

Она чаще всего характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой.

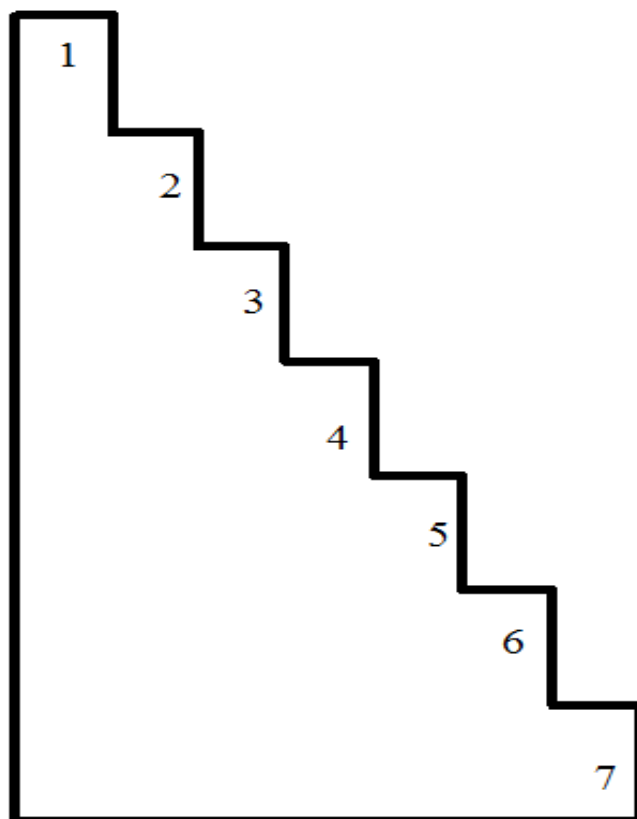
Ступеньки 2-4 – средний уровень (адекватная самооценка).

У ребенка сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность - это нормальный вариант развития самооценки.

Ступенька 5 -7 – низкий уровень (заниженная самооценка).

Дети, ставящие себя на эти ступеньки, имеют несколько заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой ученика. Чтобы скорректировать ее, необходима совместная

деятельность учителя, школьного педагога-психолога, социального педагога
(в случае неблагоприятной обстановки в семье).



Программа развития самооценки младших школьников

Занятие №1. Упражнение «Самого себя любить»

Цель игры: научить подростка внимательно относиться к себе, уважать и принимать себя.

Сядьте удобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха... Представь себе зеркало. Громадное – громадное зеркало в светло – красной раме. Возьми платок и вытри зеркало как можно чище, так, чтобы оно все блестело и сияло... Представь, что ты стоишь перед этим зеркалом. Тебе видно себя? Если да, то подай мне знак рукой. Разгляди свои губы и цвет своих глаз. Посмотри, как ты выглядишь, когда немного покачиваешь головой. Посмотри на свои плечи и грудь. Посмотри, как ты опускаешь и поднимаешь плечи... Тебе видно свои ноги? Посмотри, как высоко ты можешь подпрыгнуть... У тебя хорошо получается! Теперь представь себе, что твоё отражение улыбается и ласково смотрит на тебя... Посмотри на свои волосы! Какого они цвета? Возьми расческу и причешись, глядя в зеркало перед собой. Причешись как обычно... Посмотри в улыбающиеся глаза своего отражения. Пусть твои глаза блестят и светятся радостью, пока ты рассматриваешь их в зеркало. Набери немного воздуха в лёгкие и надуй немного маленьких светлых искорок в свои глаза. (При этих словах – глубоко вдохните и громко, и отчетливо выдохните воздух.

Повторите свою просьбу к детям - добавить блеска в глаза.) Постарайтесь разглядеть золотое свечение вокруг твоих глаз. Пусть твои глаза выглядят совершенно счастливыми. Теперь посмотри на свое лицо в зеркале. Скажи самому себе: «Моё лицо улыбается. Я люблю улыбаться. От этого мне становится приятнее» Если твоё лицо всё ещё серьёзно, то преврати серьёзное лицо в одну громадную и довольную улыбку. Покажи свои зубы зеркалу. У тебя это здорово получилось! Теперь посмотри на своё тело в зеркале и увеличь его. Твои плечи пусть станут совсем ровными и прямыми. Постарайтесь почувствовать, как это приятно – вот так гордо стоять и нравиться самому себе. И, разглядывая себя с ног до головы, повторяй за мной: «Я люблю себя! Я люблю себя! Я люблю себя!» (Произнесите эти слова с большим энтузиазмом и очень эмоционально.) Ты чувствуешь, как это приятно? Ты можешь повторять про себя эти слова всякий раз, когда захочешь почувствовать себя счастливым и довольным.

Постарайтесь прочувствовать всем своим телом, как ты произносишь: «Я люблю себя!» В какой части тела ты ощущаешь это? Покажи рукой на это место, где чувствуешь своё «Я люблю себя!» Хорошо запомни, как в твоём теле отражается твоё «Я люблю себя!» Сейчас мы обсудим это. А теперь ты можешь вернуться снова в кабинет. Потянись, немного напряги и расслабь своё тело и открой глаза...

Рефлексия:

Почему некоторые люди любят самих себя?

Почему некоторые люди себя не любят?

Почему некоторым людям редко приходят в голову приятные мысли о себе?

Что ты можешь сделать для того, чтобы чаще думать о себе хорошо?

Что делает тебя счастливым?

Домашнее задание. Психолог. Выполни дома следующее задание. Сделай рисунок под названием «Я в 11 лучах солнца». Нарисуй круг и в центре напиши букву «Я». От границ круга нарисуй лучи: их количество должно соответствовать отмеченным совпадениям в вашей характеристике. Совпадения положительных качеств нужно рисовать красным карандашом, а отрицательных – синим.

Занятие №2. Дифференцированная самооценка.

Правило адекватной самооценки. Как человек я хороший ----- плохое поведение У взрослого человека самооценка дифференцирована. Взрослый человек может оценить себя в каждой сфере отдельно, например, как специалиста или как родителя, мужа (жену). Признак незрелости – неумение отделять себя от своей работы, своих поступков, когда ощущаешь себя плохим, допустив ошибку, сделав что-то не так. У подростка эта самооценка целостная, он не может разграничивать свои качества. Подростку говоришь - ты плохо выполнил задание. И подросток соотносит это ко всему себе. Может сделать вывод - я весь плохой.

Необходимо научиться делать акцент на свои положительные качества:

1. Как дочь – я супер;
2. Как подруга - я идеальная;
3. Как любимый человек - что-то не получается
4. Как специалист - надо работать над собой.... Надо уметь разграничивать свои

качества:

Упражнение «Мои сильные стороны».

Выписать 5 своих положительных качеств:

1. в отношениях.....
2. в профессиональной сфере.....
3. умение готовить, рисовать
4. разбираться в звездах, в лошадях...
5. любить порядок и т.д.

Всегда держать их в зоне вашего внимания.(гордиться, никто за вас это не сделает)
Это и есть уметь дифференцировать и разделять свои положительные качества.

Упражнение «Мои добрые дела»

Доброе отношение к людям, к своим близким, родным и просто знакомым должно проявляться не только на словах, но и в конкретных делах. Вспомни, какое конкретное доброе дело ты сделали за вчерашний день? Кто был это человек? Что ты при этом чувствовал? Как тебя отблагодарил этот человек? Сколько своих добрых дел ты смог вспомнить? Способен ли ты на добрые дела? Если нет, то, что тебе мешает? Проанализируй свои привычки. Есть ли среди них привычка делать добро? "

Упражнение «Вы меня узнаете?»

“Иногда обстоятельства складываются так, что назначается встреча с совершенно незнакомым человеком. Хорошо если есть фотография этого человека. А если нет? Что делать? Вы договорились по телефону о дне, времени, месте встречи и о "пароле", по которому вы узнаете друг друга. Это может быть красный шарф и т. п. Ведь так обычно и поступают люди. Давай уйдем от этого стереотипа. Опиши себя так, чтобы человек, которого ты встречаешь, сразу тебя узнал. Найдите такие признаки! Это может быть твоя

привычка поправлять очки, теревить правой рукой мочку уха, или необычная деталь походки. Время для этой работы – 5 минут.

Затем мы обсудим твои записи и ощущения, которые возникли у тебя во время выполнения этого задания”.

Занятие №3 Три типа самооценки.

1. Сознательно выбираю думать о себе плохо..... В этом случае поведение человека похоже на сценарную игру. Владелец данной самооценки прячется за маску, через свою слабость сохраняет связь с сильным человеком, т.е. преследует некую выгоду. «Я несчастный, я плохой, я не умею....», - снимает с себя ответственность.

2. Сознательно выбирает быть сильным, но периодически проваливается в неуверенность.....

Люди приходят к психологу и говорят: «У меня заниженная самооценка, я не уверен в себе, я не могу говорить на людях, теряюсь, стесняюсь. Что с этим делать?». Но если присмотреться внимательнее, то выясняется, что у этих людей в действительности скрыто присутствует завышенная самооценка: им кажется, что если уж они выступают на людях, то они должны говорить очень умные вещи; если что-то делают, то должны сделать это очень хорошо. Если ощущаете чувство слабости, неуверенности необходимо снимать это состояние аффирмациями, погружать в свою голову положительные мысли, положительные качества, проговаривать.

3. Состояние - качели то сильный, то слабый..... Часто самооценка и самовосприятие бывают полярные. От "как же я крута, какие вещи я могу делать" до "я ничтожество, могу только ошибаться, ничего не знаю и не понимаю". Меняться это может даже несколько раз в день. Доходить до супер-воодушевлений или желания бросить все на полном серьезе. Зависит это от высказываемых в ваш адрес мнений, но негативные - гораздо сильнее обращают ваше внимание. Небольшая критика может вызвать панику и обесценить все.

Прежде всего, попробуйте разобраться в себе, найти причины, почему у Вас такое состояние. Затем адекватно относиться к ситуациям, можно использовать формулу Альберта Эллиса, ABC, где А - любое событие, В - наше отношение к ситуации, С - эмоциональное состояние. То есть надо работать с В, если есть негатив, то отслеживайте его на начальной стадии, применяйте формулу Эллиса. Научиться отслеживать: как только начинает заносить, следует оценить ситуацию и придерживаться, т.е. в таких эмоциональных состояниях не принимать жизненно важные решения (разорвать отношения, вступать в сделку...)

Занятие №4. О любви к себе.

Не все в себе надо оценивать. Цену имеют вещи, но не мы. Да, опыт бывает и негативным и позитивным. Но главное активизировать свои внутренние ценности - свои ощущения. (Любовь к себе и свои ощущения). Любить - это глагол, а это означает действие, т.е. с одной стороны ощущения, а с другой конкретные действия. Что это значит: любишь другого человека – всё для него делаешь, любишь себя - все тоже делаешь для себя (простые вещи: беречь, защищать, никогда не предавать, всегда быть на своей стороне...) Оценивайте свои возможности и результаты своих трудов с осторожностью!

Упражнение Для поднятия самооценки сделать 3 вещи для себя, всё, что порадует вас. - купить обновку; - побаловать себя «вкусняшками»; - спа-салоны, косметические кабинеты, кинотеатры .т.д.

Дискуссия «Самое-самое». Психолог предлагает подростку записать в тетради, что для него самое важное и самое ценное в жизни. Затем он это зачитывает, а психолог записывает на доске. Обсуждается каждый пункт. Нужно подвести подростка к выводу, что каждый человек неповторим и представляет ценность. Любить себя – это значит признавать право на любовь других людей к себе.

Затем подросток приходит к таким выводам:

1. Каждый человек должен любить себя и принимать таким, какой он есть.
2. Любить себя – значит гордиться своими поступками и быть уверенным, что поступаешь правильно.
3. Тот, кто не любит себя, не может искренне любить других.
4. Если самооценка у человека низкая, то он ощущает беспомощность, бессилие и одиночество.

Методика «Моя вселенная». Подростку предлагается на альбомном листе начертить круг и от него лучи к другим кругам. В центральном круге нужно написать «Я», а в других кругах-планетах написать окончания предложений: Мое любимое занятие... Мой любимый цвет... Мой лучший друг... Моё любимое животное... Моё любимое время года... Мой любимый сказочный герой... Моя любимая музыка... Психолог предлагает подростку написать окончания предложений у себя в тетради. Он записывает на доске начало предложений: Откровенно говоря, мне до сих пор трудно... Откровенно говоря, для меня очень важно... Откровенно говоря, я ненавижу, когда... Откровенно говоря, я радуюсь, когда... Откровенно говоря, самое важное в жизни... Затем подростку предлагается, зачитать свои ответы вслух. Психолог. Всем ли мы можем доверить свои откровения?

Занятие 5. Потребности и цели

Потребности, желания, цели - это довольно похожие понятия. Цель — это конечный результат, к которому вы стремитесь. Чаще всего цель проистекает из мечты или вдохновенного желания. Но одного вдохновения мало, нужен еще и труд. Можно сказать, так: цель = желание + осознанное решение действовать. Есть потребности, которые надо удовлетворять. Если не накормить тело, тело умирает, если не накормить душу - происходит то же самое.

Необходимые потребности человека:

- интеллектуальные;
- физиологические;
- эмоциональные;
- духовные;
- свои индивидуальные потребности.

Способность поставить цель - это забота о себе, т.е. проявление любви к себе. Наш мозг - это тот самый навигатор, в который можно вставить ту или иную карту, по которой он потом нас поведет. Если цель поставите себе не Вы, Вас за Ваши неудовлетворенные потребности, как рыбу за крючки будут дергать другие люди ради своей выгоды. Трудно поставить цель, возникает много вирусных мыслей: -у меня ничего не получится; - я не

смогу ... Как правило, человек с низкой самооценкой ставит перед собой много задач, потом не справляется и разочаровывается (да я же говорил, что ничего не получится, я же знал...)

Поставить одну маленькую задачу и взять на себя ответственность за решение этой задачи. Упражнение Проективный рисунок «Я в прошлом, я в настоящем, я в будущем» На листе бумаги, разделенном на 3 части, вначале нарисуй себя, когда ты был маленьким, затем — какой ты сейчас, затем — каким ты будешь в будущем, лет через 10. Около рисунка подпиши, кем ты будешь, каким, где, с кем. (Рисунок выполняется цветными карандашами, фломастерами).

Упражнение «Девиз» «В прежние времена на воротах замка и на щите рыцаря писали девиз рода, то есть краткое изречение, выражающее руководящую идею или цель деятельности владельца. Сейчас мы подумаем над девизом каждого из нас. Теперь ты должен сформулировать свой девиз, который отражает своё жизненное кредо, отношение к миру в целом, к окружающим людям, и к себе. На формулировку девиза вам дается 5 минут.

Упражнение «Без маски». Откровенно ответить на незаконченные предложения.

“Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня...”

“Мне очень трудно забыть, но я...”

“Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это...”

“Мне бывает стыдно, когда я...”

“Особенно меня раздражает то, что я...”

“Мне особенно приятно, когда меня...”

“Знаю, что это очень трудно, но я...”

“Иногда люди не понимают меня, потому что я...”

“Верю, что я еще...”

“Думаю, что самое важное для меня...”

“Когда я был маленький, я часто...”

Занятие №6. Что мешает ставить цели.

Поставить цели это сложно, если бы это было просто, мы все были бы богатыми и счастливыми. Проблемы целеполагания:

1. У меня ничего не получится (находится целый букет причин: меня отвлекают, я не понял - все это является самообманом) Это или делать или не делать

2. Я ставлю цель, но меня это не зажигает (это неистинность цели: доказать кому-то, стать лучше; какие при этом посещают мысли - вот они тогда заметят меня, пусть они узнают какой я и т.д.) Ваша цель ненастоящая.

3. Истинная цель.

—для меня это важно, срочно, необходимо для выживания;

—для меня это интересно, «вкусно», «кайфово», хочу найти и сделать; Я ставлю цель, но вхожу в ступор – страшно. Возникает куча проблем: с чего начать, как это сделать, одному не под силу и т.д.. -лекарство: ставить маленькие цели, задачи выполнять последовательно и соблюдать бережное отношение к себе. - детально прописать свои страхи. Самый лучший способ победить страх - это сделать то, что Вам страшно.

Вывод:

1. Цель должна быть интересной, «вкусной»;

2. Страдания не повод для бездействия;
3. Решать вовремя жизненные задачи, не откладывать на завтра;
4. Разбивать цель на маленькие подцели
5. Снять страхи

Упражнение «Диалог с собой».

Подросток записывает в своей тетради высказывание Э. Фрома: «Человек – это тот, кто постоянно решает проблему жизни». тот, кто называет проблему тот, кто предупреждает, что будет сейчас тот, кто предупреждает, что будет через неделю тот, кто предупреждает, что будет через месяц тот, кто предупреждает, что будет в конце жизни Называется проблема, например: «Я хочу подарить кому-то цветы». «Если ты подаришь цветы, то сейчас...» «Если ты подаришь цветы, то через неделю...» «Если ты подаришь цветы, то через месяц...» «Если ты подаришь цветы, то в конце жизни...» Психолог.

После этого упражнения наших рассуждений можно выделить следующие этапы решения проблемы:

1. постановка проблемы
2. обдумывание, что будет после принятия того или иного решения (через неделю, через месяц, в зрелые годы, в конце жизни)
3. выбор приемлемого варианта
4. применение выбранного варианта Упражнение «Письмо себе любимому» - Сейчас вы напишите письмо самому близкому вам человеку. Кто самый близкий тебе человек? (Участники занятия высказываются). Вы сами. Напишите письмо себе любимому. Любимому, потому что нельзя жить, не любя самого близкого себе человека!

Занятие №7 Чувство вины

Чувство вины - непродуктивная и даже разрушительная эмоциональная реакция человека на самообвинение и самоосуждение. Чувство Вины по сути это агрессия, направленная на самих себя. Чувство вины связано: - с детско-родительскими отношениями и установками семьи; - с установками, принятыми в каждой культуре, определенном социуме; - с личными установками. Чувство вины позитивно, а чувство стыда негативно. Но при этом чувство стыда обычно возникает из чувства вины. Мы поступаем “плохо” и, вместо того, чтобы истолковать этот факт как сигнал к изменению поведения, воспринимаем этот сигнал как то, что “мы плохие”. Происходит неверная обработка сигнала. Для того, чтобы справиться со стрессом, надо заниматься регулярной физической активностью, это может быть самым лучшим терапевтическим средством. А так же чувство вины вовремя заменять чувством ответственности.

Медитация «Страна чувств». Далеко – далеко, а может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Страх, Вина, Обида, Грусть, Злость и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем каждое Чувство живет в домике определенного цвета. Кто – то живет в красном домике, кто – то в синем, кто – то в черном, кто – то в зеленом. Каждый день, как только встает солнце, жители волшебной страны занимаются своими делами. Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильными, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось. И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои домики разрушенными. Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно,

горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики. Но вот беда – всю краску унес ветер. У тебя есть цветные карандаши. Пожалуйста, помоги жителям и раскрась домики.

Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них. Пожалуйста, помоги каждому жителю найти свой домик. Закрась и напиши название чувств, соответствующих цвету его домика. Спасибо! Ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои домики. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как же ты будешь путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотри – вот карта страны чувств (ведущий показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена. Пожалуйста, возьми свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту. Обсуждение занятия. Исследуя "карту", мы узнаем, какие чувства "живут" в разных частях тела. Например, чувства "живущие в голове", окрашивают мысли. Если в голове живет страх, наверное, осуществлять мыслительную деятельность будет непросто. В руках живут чувства, испытываемые в контактах с окружающими. В ногах находятся чувства, которые дают человеку психологическую уверенность, или же (если в ногах поселились "негативные" чувства) человек имеет стремление "заземлиться", избавиться от них. - голова и шея (символизируют ментальную деятельность); - туловище до линии талии, исключая руки (символизируют эмоциональную деятельность); - руки до плеч (символизируют коммуникативные функции); - тазобедренная область (символизирует область творческих переживаний); - ноги (символизируют чувство "опоры", уверенность, а также возможность "заземления" негативных переживаний).

Занятие №8 Как окружение влияет на нашу самооценку.

«Скажи мне, кто твой друг, и я скажу тебе, кто ты», – эта мысль была актуальна ещё в V веке до н.э. Для человека крайне важно большую часть своего времени находиться в доброй, принимающей, поддерживающей среде, способной замечать в нас хорошее. Это позволяет развиваться, раскрывать свой потенциал, да просто устраивать свою жизнь и быть довольным ей.

Формула успеха:

1. Наши способности и знания – 10%;
2. Способность видеть хорошее – 30%;
3. Наше окружение – 60%.

Всем, кому необходимо укреплять самооценку, нужно быть крайне внимательным, выбирая, с кем провести своё время.

–наше тело считывает эмоциональное состояние, пластику, движения и напряжения людей, которые находятся с нами рядом. У нас существуют так называемые «зеркальные нейроны», которые автоматически отражают и грусть, и радость, и всё-всё-всё. Можно упорно работать над собой, но каждый день, общаясь с несчастным, разрушающим себя человеком, скатываться обратно – в отчаяние и нелюбовь к себе.

—у нас есть такая особенность — «заражаться» эмоциями от других людей. Вспомните, какую обычно реакцию вызывает человек, который заливается смехом или наоборот переживающий горе.

—общение с «немного не теми» людьми забирает ваши возможности, время и силы, которые вы могли бы потратить на «тех самых», людей ценных и интересных для вас.

Упражнение «С кем я общаюсь»

1. Выписать 10 человек с кем Вы общаетесь больше всего;
2. Как этот человек влияет на вашу самооценку;
3. Задайте себе вопрос: какой я рядом с ним, какое у меня настроение;
4. Как часто вы встречаетесь с теми, кто забирает у вас ваши силы и энергию;
5. Как часто вы встречаетесь с приятными людьми;
6. Какими цветами вы раскрасите круг вашего общения;
7. Какие развиваются у вас качества рядом с вашими знакомыми;
8. Нравится ли вам это или нет.

Упражнение «Мусорное ведро». Психолог показывает иллюстрацию, где изображено мусорное ведро, и просит подростка объяснить, что, по их мнению, символизирует мусорное ведро. Подростку предлагается нарисовать на бумаге мусорное ведро. Психолог направляет дискуссию таким образом, чтобы подростку представилась возможность выбросить что-то из своей жизни, и предлагает представить, что он что-то выбрасывают за ненадобностью. Это может быть человек, какой-нибудь предмет, место или чувство. Изобразить это надо так, как будто оно падает с руки в мусорное ведро. Подросток описывают негативные моменты своей жизни так, как они изобразили это на картинке.

Упражнение «Мои ценности».

Составьте список своих ценностей. Пишите все, что для вас важно. Поставьте от 0 до 100 %

—насколько вы реализуете эту ценность в своей жизни.

—насколько вы бы хотели реализовывать эту ценность. Например, для вас является ценностью забота. Насколько вы способны давать это людям? Проявлять это качество в жизни? Насколько вы способны принимать заботу от других? Допустим, в вашей жизни это проявляется на 30 % , записываем. А насколько хотели бы? ...% Следующая ценность – финансовая свобода. Реализация на ... %. Рядом ставим тоже % насколько я хочу реализовывать эту ценность в жизни. И так все ваши ценности. Все что для вас важно в жизни вообще.

Далее расшифровываем каждый пункт:

—забота для меня это... (например, прислушиваться к потребностям своим и другого человека, согреть, когда холодно, вместе погрузить, когда грустно...)

—все подробно прописываем до полного понимая сути!

—опишите, как это выглядит в вашей жизни, какие действия и кому надо совершить, чтобы вы почувствовали заботу других. Если мы что-то ценим, но не реализуем в жизни – именно в этом месте основные провалы в самооценке. Именно в этом месте мы более всего не удовлетворены и уязвимы.