Влияние родительских отношений на формирование адекватной самооценки детей

Достаточно часто, приходя на прием к психологу, родители озвучивают проблему так: «У моего ребенка низкая самооценка. Что-нибудь сделайте!». Если ребенку 7–9 лет, сделать что-то могут только родители. Почему?

Взаимодействие ребенка с родителем является первым опытом взаимодействия с окружающим миром. Этот опыт закрепляется и формирует определенные модели поведения и личностное отношение ребенка к миру, другим людям и себе.

Один из первых этапов социализации ребенка – адаптация к требованиям начальной школы. В этот период и педагоги, и родители начинают обращать внимание на некоторые неадаптивные формы поведения ребенка или особенности его личности.

Важнейшим фактором развития личности ребенка является формирование адекватной самооценки. В самооценке «отражается то, что ребенок узнает о себе от других, и его возрастающая собственная активность, направленная на осознание своих действий и личностных качеств».

Относительно устойчивая самооценка формируется у детей под влиянием оценок со стороны окружающих прежде всего – ближайших взрослых и сверстников, в процессе собственной деятельности ребенка и самостоятельной оценки ее результатов.

Адекватная самооценка лежит в основе формирования у ребенка уверенности в себе и своих возможностях, выступает основанием для развития личной полноценности и компетентности. Неадекватная самооценка (как заниженная, так и завышенная), напротив, препятствует раскрытию и реализации возможностей и способностей ребенка, ведет к возникновению внутренних конфликтов, нарушений общения и в целом свидетельствует о неблагополучном развитии личности ребенка.

Таким образом, переживание ребенком отношения к нему значимых взрослых постепенно становится его собственным самовосприятием, отражающимся в самооценке. Прослеживается связь между социальной ситуацией развития и самооценкой младшего школьника.

Задавшись вопросом, какие аспекты отношений родителей наиболее важны для формирования самооценки ребенка, я провела исследование учеников 2 класса гимназии и их родителей. В результате мною были выявлены наиболее значимые для формирования адекватной самооценки родительские отношения, которые условно разделены на 3 группы.

I группа – отношения, характеризующие личность родителя.

• *Низкая тревожность* за ребенка является важным фактором предупреждения невротических реакций у детей, стабилизация их поведения, повышение их доверия к миру и родителям, принятие себя как личности, формирования адекватной самооценки.

II группа – отношения, характеризующие взаимодействие между родителями.

• *Отсутствие воспитательной конфронтации в семье*. Высокая сплоченность и отсутствие разногласий членов семьи по вопросам воспитания приводят к последовательности и формированию стиля сотрудничества в семье. Слаженное взаимодействие родителей создает у ребенка ощущение «прочности» окружающего мира, способствует развитию доверия к родителям и миру, что естественно оказывает благотворное влияние на процесс формирования адекватной самооценки.

III группа – отношения, характеризующие взаимодействие «родитель – ребенок».

• *Базовое принятие ребенка*, его личностных качеств и поведенческих проявлений. Принятие ребенка как личности является важным условием его благоприятного развития и самовосприятия.

• Наличие *сотрудничества*между родителями и детьми как нельзя лучше влияет на характер взаимодействия. Сотрудничество – следствие включенности ребенка во взаимодействие, признание его прав и достоинств. Оно отражает равенство и партнерство в отношениях детей и родителей.

• *Последовательность*является очень важным параметром взаимодействия, отражающим то, насколько последователен и постоянен родитель в установленных им требованиях, в отношении к своему ребенку, в применении наказаний и поощрений. Ребенок легко ориентируется в предсказуемой среде, может «просчитать» для себя последствия и осуществить выбор. Последовательность является следствием уверенности родителя как воспитателя и принимающего отношения к ребенку.

То есть, уважаемые родители, если вы хотите, чтобы у ребенка была адекватная самооценка, пожалуйста:

* Разберитесь с собственной тревожностью. Не пугайте ребенка чрезмерно, дайте ему возможность исследовать мир и действовать в нем. Запрещайте только то, что действительно опасно для жизни, учите действовать правильно (опасно переходить дорогу на красный свет – научите ребенка переходить дорогу на зеленый сигнал светофора!).
* Разберитесь со своими запретами в семье – нельзя, чтобы один родитель разрешал то, что запрещает другой. Папа считает, что мальчик должен ломать игрушки, ведь «он же мальчик!», а мама наказывает ребенка за сломанные игрушки. При этом запрещает папе покупать новые игрушки – а папа – покупает! Угадайте, как себя чувствует ребенок? Что с ним происходит? В каких «ножницах» оценок самых близких людей он живет? И как формируется его самооценка?
* Включайте ребенка (посильно!) в трудовые поручения, учите его доводить начатое дело до конца – а для этого ему нужна ваша помощь! Вместе мойте посуду, наводите порядок, полите грядки и мойте машину. Цените вклад ребенка, будьте терпеливы, хвалите (даже авансом), благодарите, поддерживайте желание помочь!
* Будьте последовательны! Не запрещайте назавтра то, что разрешали сегодня. Не делайте вид, что сегодня не заметили плохого поведения ребенка – реагируйте сразу. Иначе вы «взорветесь» через неделю, день или месяц – но ребенок даже не поймет, чем вызван ваш гнев! Думайте, прежде чем наказать. Объявив, что больше «никогда никуда не пойдете вместе», вы обречены нарушить свое слово. Ваша непоследовательность приводит к недоверию со стороны ребенка и росту его неуверенности в непредсказуемой среде.
* Базовое принятие – самое сложное. Оно не означает вседозволенности, либеральности и безнаказанности. Принимая ребенка в целом, как неповторимую личность, мы можем быть недовольными его поступками и мы имеем право его воспитывать. Это наш долг перед ребенком, в первую очередь. Затем мы и нужны нашим детям!

*Чеканина Вера Павловна  
педагог-психолог МОУК ОУ Гимназии «АРТ-ЭТЮД»   
г. Екатеринбург*