

портал Республики Беларусь. URL: <https://pravo.by/document/?guid=3941&p0=2021019001> (дата обращения: 04.10.2021).

3. Конвенция Совета Европы о предотвращении и борьбе с насилием в отношении женщин и домашним насилием. 2011 г. Стамбул. [Электронный ресурс]. URL: <http://docs.cntd.ru/document/420206767> (дата обращения: 04.10.2021).

4. Инструкция о порядке и условиях оказания социальных услуг государственными учреждениями социального обслуживания [Электронный ресурс]: постановление Министерства труда и социальной защиты Республики Беларусь от 26.01.2013 N 11 (в редакции постановления Министерства труда и социальной защиты Республики Беларусь 31.12.2020 N 113). Нац. правовой Интернет портал Республики Беларусь. URL: <https://pravo.by> (дата обращения: 04.10.2021).

5. О социальном обслуживании [Электронный ресурс]: Закон Республики Беларусь от 22 мая 2000 N 395-З. Нац. правовой Интернет портал Республики Беларусь. URL: <https://pravo.by> (дата обращения: 04.10.2021).

ФОРМИРОВАНИЕ АДЕКВАТНОЙ САМООЦЕНКИ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ ИЗ НЕБЛАГОПОЛУЧНЫХ СЕМЕЙ

К.Ю. Брешковская

Тульский государственный педагогический университет

им. Л.Н. Толстого, факультет психологии,

кафедра психологии и педагогики

karine_br@mail.ru

Аннотация. В статье рассматривается роль и место семьи для физического и психоэмоционального совершенствования личности младшего подростка в жизни. Характеризуется неблагополучная семья, описываются ее критерии. Раскрываются принципы формирования адекватной самооценки младших подростков. Приводятся способы формирования адекватной самооценки младших подростков в семье и учебной деятельности.

Ключевые слова: семья; неблагополучная семья; самооценка; неадекватная самооценка; принципы формирования адекватной самооценки.

Для каждого человека семья является основополагающей средой для дальнейшей социализации. Первый опыт взаимодействия с внешним миром, и с людьми, в частности, ребенок получает в семье. До появления в жизни ребенка других социальных групп семья остается единственным местом, где он приобретает навыки взаимодействия.

В ходе воспитания ребенок перенимает от родителей модели поведения в социуме и в дальнейшем транслирует их во внешней среде: в учебной деятельности и в кругу друзей. Соответственно, если в семье главенствуют аморальные или искаженные способы взаимодействия, ребенок, будучи не в состоянии объективно оценить реальность, принимает данные модели поведения за норму и несёт девиацию в детский коллектив.

Большое количество зарубежных и отечественных работ говорят о том, что проблемы в семье приводят к развитию таких психологических

проблем, как инфантильность, девиации, проблемная социальная адаптация, нарушение формирования самооценки. Следовательно, дети, растущие в неблагополучных семьях в большей мере склонны к девиантному поведению, поскольку их адаптация в обществе затруднена (А.Я. Варга, И.А. Горьковая, В.Л. Хайкин, Э.Г. Эйдемиллер, и др.).

Семья выполняет воспитательную (адаптация ребенка в обществе), социально-экономическую (обеспечение должного уровня жизни), досуговую (культурное просвещение ребенка), эмоциональную (поддержка, психологическая защита) и др. функции. От их качества зависит гармоничное развитие ребёнка.

Семьи, которые не могут обеспечить свои обязанности на соответствующем уровне, т. е. выполняют свои функции (воспитательную, социально-экономическую, досуговую, эмоциональную) некачественно, либо не выполняют совсем, склонны к жестокому обращению, имеют статус неблагополучной семьи [1, с. 73].

Неблагополучные семьи в психолого-педагогической литературе называют также деструктивными, дисфункциональными, негармоничными, что в полной мере описывает суть данного понятия (В.М. Целуйко, А.Я. Варга, М.И. Буянов, И.Ф. Дементьева и др.).

Ученые-исследователи выделяют критерии, определяющие семью, как неблагополучную:

- родители или иные лица, несущие ответственность за жизнь и здоровье ребенка до его совершеннолетия, не могут обеспечить необходимые условия и удовлетворить базовые потребности (отсутствие продуктов питания, отсутствие комфортной температуры в помещении);
- привлечение детей к нарушению закона;
- нанесение физического и эмоционального вреда ребенку, использование негуманных методов воспитания;
- отсутствие контроля за детьми, безразличное отношение родителя к учебе ребенка, отсутствие воспитания;
- семьи, где дети нарушают закон [4, с. 75].

Неблагополучная семья имеет высокую степень влияния на становление личности младшего подростка, а значит и на его самооценку. Неблагополучная семья – семья, которая не осуществляет свою воспитательную функцию; в которой нарушена структура, обесцениваются или игнорируются важнейшие семейные функции, имеются явные или скрытые недостатки воспитания [1, с. 87].

Семья является средой, предоставляющей условия для физического и психоэмоционального совершенствования личности, а также для формирования самооценки ребенка.

Самооценка является фундаментом личности и картины мира, на основе которых человек формирует механизмы реакций и действий. Она оказывает влияние практически на все сферы жизни: определяет свободу выбора, шкалу оценки собственных действий, качество взаимоотношений

в социуме, а также базовые ценности и устремления [3, с.155]. Основной функцией самооценки является регуляция взаимоотношений в социальной среде при условии сохранения собственного «Я» [2, с. 9].

Именно в младшем подростковом возрасте (5-6 классы) дети активно развиваются как в физическом, так и в психическом аспекте. В это период происходит активное формирование самосознания, главным звеном которого является самооценка.

Проблемы формирования самооценки у младших подростков нашли отражение в работах отечественных и зарубежных ученых (Б.Г. Ананьев, А.Н. Леонтьев, С.С. Рубинштейн, М.Н. Скаткин, А.И. Липкин, Е.И. Савонько, В.А. Горбачева, Р. Бернс и т.д.). Ученые подчёркивают, что данный возрастной период характеризуется активным формированием жизненных ценностей, заинтересованностью своей личностью и проблемой взаимоотношений с окружающей средой, семьей, школой и сверстниками.

В младшем подростковом возрасте из-за неадекватной самооценки возникают проблемы в сфере взаимоотношений со сверстниками, учителями и родителями, с коллективом. Важно вовремя выявить таких школьников и предоставить помощь, особую группу составляют подростки из неблагополучных семей, у них в большинстве случаев наблюдаются данная проблема. Поэтому формирование адекватной самооценки в младшем подростковом возрасте – важнейшая задача развития личности ребенка.

Уровень самооценки оказывает огромное влияние на нервно-психологическое здоровья подростка, поэтому роль семьи может скорректировать у ребенка появляющиеся трудности.

Способы воспитания в семье оказывают колоссальное влияние на формирование подростковой самооценки. Позитивное убеждение «я хороший, со мной все в порядке» формируется в том случае, если в процессе взросления у ребенка закрыто базовое чувство безопасности, а также он ощущает себя значимым, важным и принятым своей семьей. Формирование самооценки изначально происходит под влиянием оценки родителей. Поощрение и похвала ребенка будут стимулировать формирование позитивной самооценки, а угрозы и различные меры наказания будут подталкивать ребенка к критичной оценке себя и своих возможностей. Но если ребенка только ругают или же только хвалят, то самооценка с большей вероятности будет неадекватной, в будущем человек не сможет объективно отслеживать и анализировать продукт собственной деятельности. Низкая самооценка не позволит реализовать потенциал в полной мере, а завышенная будет мешать в достижении реальных целей. Похвала и критика требует адекватного применения в зависимости от сложившейся ситуации. Но даже при выражении недовольства поведением ребенка, можно найти положительные моменты. При этом важно понимать, что оценивается не сам подросток, а его

поступок. Также самооценка может стать неадекватной при наличии еще одного ребенка в семье, в многодетных семьях. Родители часто прибегают к сравнению детей, что оказывает отрицательное влияние на их самооценку и общее развитие.

На становление самооценки так же воздействует учитель. Именно педагог ставит отметки, оценивает качество проделанной работы, интеллектуальный и нравственный потенциал ребенка. Особенность данного взаимодействия заключается в том, что оценка озвучивается публично и обсуждается при сверстниках. У педагога есть возможность помочь в формировании адекватной самооценки у учащегося, но необходимо иметь большой запас знаний, широкий кругозор, пониманием, что каждый человек, а тем более ребенок уникален. Важно увидеть тот или иной потенциал в каждом ученике и способствовать его раскрытию, тогда дети станут более уверенными в своих силах и способностях.

Работая над формированием уверенной в себе личности, педагогу важно учитывать два принципа: принцип меры; принцип системы.

Принцип меры учитывает то, что любое личностное качество хорошо в определенной степени развития и должно быть гармонично. Несоблюдение данного принципа приводит к тому, что младший подросток не может критически относиться к себе и своим действиям. Принцип системы основывается на том, что любая деятельность педагога по формированию адекватной самооценки должна проводиться систематически и целенаправленно.

Важное значение для формирования адекватной самооценки младшего подростка является предоставление делать выбор и принимать самостоятельное решение. Поэтому взрослым (учителям и родителям) следует грамотно составлять образовательный и воспитательный процесс. Важно показать ребенку, что он способен принимать решения самостоятельно. Для формирования адекватной самооценки младшего подростка рекомендуется: создавать такие условия, которые позволят, учащимся оказаться в ситуации успеха; оказание психологической и эмоциональной поддержки со стороны учителей и родителей; осуществление работы по формированию адекватной самооценки должна быть своевременной и совершаться в различные моменты; учителю следует применять разные подходы, источники и механизмы; учитывать принцип меры и принцип системы; помогать осваивать различные способы освобождения от эмоционального перенапряжения; проводить релаксационные занятия; предоставить возможность оценить себя самостоятельно (в игре, в исследовании, в беседе).

Таким образом, для успешного формирования адекватной самооценки у младших подростков из неблагополучных семей важно учитывать основные принципы формирования уверенной в себе личности: принцип меры и системы. Данная работа предполагает взаимодействие обучающихся и педагогов, внутрисемейное общение. Как педагогам, так и

родителям необходимо сформировать положительное мнение подростка о себе, чтобы он чувствовал защищенность, значимость и важность.

Библиографические ссылки

1. Дубровина И. В. Практическая психология образования. М.: ТЦ «Сфера», 2017.
2. Захарова А.В., Худобина Е.Ю. Взаимодействие когнитивного и эмоционального компонента самооценки в младшем подростковом возрасте. Москва, 2017.
3. Соколова, Е. Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. М.: Изд-во МГУ, 2016.
4. Чернышева Н.С. Методика изучения дифференцированной самооценки у детей младшего подросткового возраста // Вестник Моск. ун-та. Серия 14, Психология. 2017. С.75-83.

МЕТОДЫ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ И КОУЧИНГА В РАБОТЕ С ТРЕВОЖНЫМИ РАССТРОЙСТВАМИ

Ю.В. Буслаева, О.Н. Раева

*Гродненское общественное семейное объединение «Парадигма»,
ju.jewec@mail.ru, raevushka80@mail.ru*

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению понятия «тревно-фобическое расстройство». Описаны различия экзистенциальной и физиологической тревоги, экзистенциальная тревога рассматривается как ресурс. Обосновывается важность комплексного подхода в оказании помощи людям, страдающим тревожными расстройствами. В статье приведены эффективные методы экзистенциальной терапии и коучинга в работе с тревожными расстройствами.

Ключевые слова: экзистенциальная психотерапия; коучинг; тревожное расстройство; ответственность; страх смерти; свобода; переживания.

Согласно МКБ-10, тревожно-фобическое расстройство – это целая группа нарушений, невротические формы заболеваний, сопровождающихся необоснованным, иррациональным страхом и беспричинной тревогой. Такие поведенческие, физические и когнитивные переживания возникают у человека в определенных ситуациях или во время контакта с каким-либо объектом, а также «в предвкушении» этих моментов.

Тревно-фобическое расстройство весьма распространено – им страдает (в разной степени тяжести) 5% населения мира. Оно обычно сопровождает обсессивно-компульсивное расстройство, невроз, психастению, имеется у половины больных, страдающими психическими и неврологическими заболеваниями. Что касается «возрастного ценза», то это люди чаще всего от 25 до 45 лет, большая часть из которых – женщины. Но в последнее время наблюдается тенденция к более молодому возрасту.