

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ ИЗ МНОГОДЕТНЫХ СЕМЕЙ

Аннотация: *Статья посвящена особенностям формирования самооценки детей, воспитывающихся в многодетных семьях. Автор рассматривает факторы, влияющие на формирование самооценки детей. Роль педагогического и родительского влияния на формирование личности ребенка. В статье рассматриваются результаты исследования самооценки контрольной группы детей до занятий с психологом и после.*

Ключевые слова: *самооценка ребенка, многодетная семья, родитель, педагог, эмпирическое исследование.*

Annotation: *The article is devoted to the peculiarities of the formation of self-esteem in children who are raised in large families. The article examines the factors that influence the formation of children's self-esteem. The role of pedagogical and parental influence on the formation of a child's personality is also discussed. The article presents the results of a study of the self-esteem of a control group of children before and after psychological counseling.*

Key words: *child's self-esteem, large family, parent, teacher, and empirical research.*

В отечественной психологии самооценка чаще рассматривается как стержень самосознания и условие становления личности.

А.Н. Леонтьев считал самооценку одним из существенных условий становления личности, подчеркивая, что она побуждает человека соответствовать уровню ожиданий общества и собственных притязаний.

С.Л. Рубинштейн трактовал самооценку как стержневое образование личности, формирующееся через оценивание человека другими и его ответные оценки. Ядро самооценки составляют ценности, которые личность принимает на внутриличностном уровне.

Самооценка предстает как динамический процесс, объединяющий знание о себе (когнитивный аспект), отношение к себе (аффективный аспект) и регуляцию поведения (поведенческий аспект).

Самооценка — ключевой элемент самосознания, который определяет, как человек воспринимает себя, оценивает свои возможности и взаимодействует с миром. Её структура включает когнитивный компонент (знания о себе), эмоциональный (отношение к себе) и, в некоторых моделях, поведенческий (регулятивный) компонент. Самооценка не является статичным образованием — она динамична, формируется под влиянием социального опыта, внутренних ценностей и внешних факторов. Адекватная самооценка способствует гармоничному развитию личности, успешной социальной адаптации и самореализации, тогда как её искажения (завышение или занижение) могут приводить к психологическим проблемам и неадекватному поведению. Понимание структуры и функций самооценки важно для изучения механизмов саморегуляции и личностного роста.

Многодетная семья создаёт особую среду воспитания, которая оказывает неоднозначное, порой противоречивое влияние на формирование самооценки ребёнка. Эффект этого влияния складывается из множества факторов: от распределения родительского внимания до характера внутрисемейных отношений и особенностей взаимодействия между детьми.

С одной стороны, многодетность может способствовать позитивному развитию самооценки. В такой семье ребёнок с ранних лет включён в систему

разновозрастных отношений, что даёт ему богатый опыт общения и социализации. Он учится договариваться, сотрудничать, заботиться о младших и прислушиваться к старшим. Наблюдая за успехами и неудачами братьев и сестёр, ребёнок получает разнообразные модели поведения и может формировать более реалистичное представление о своих возможностях. Совместное преодоление трудностей, взаимопомощь и поддержка укрепляют чувство принадлежности к группе, дают ощущение защищённости и значимости, что закладывает основу для устойчивой и позитивной самооценки.

Важным ресурсом является и раннее развитие ответственности: старшие дети часто берут на себя часть родительских функций, помогая ухаживать за младшими. Это даёт им ощущение компетентности, повышает самооценку через реальные достижения и признание их вклада в семейную жизнь. Кроме того, в многодетной семье ребёнок реже сталкивается с феноменом «эгоцентризма единственного ребёнка» — он привыкает учитывать интересы других, что снижает риск формирования завышенной самооценки и нарциссических черт.

С другой стороны, многодетная семья несёт в себе определённые риски для самооценки, особенно если ресурсы семьи (временные, эмоциональные, материальные) распределяются неравномерно. Дефицит индивидуального внимания со стороны родителей может привести к тому, что ребёнок начинает чувствовать себя «недостаточно важным», что формирует неуверенность в себе или провоцирует демонстративное поведение ради привлечения внимания. Конкуренция между детьми за любовь и признание родителей нередко порождает чувство неполноценности у тех, кто ощущает себя менее успешным или «любимым».

Особый риск возникает при некорректных сравнениях детей друг с другом («почему ты не такой, как старший брат?»). Такие высказывания закрепляют установку на сравнение себя с другими, снижают самопринятие и

могут привести к заниженной самооценке. Кроме того, ограниченные материальные возможности многодетной семьи иногда вызывают у ребёнка чувство «ущербности» на фоне сверстников из малодетных семей, особенно в подростковом возрасте, когда важна социальная идентичность и соответствие групповым нормам.

Теоретический анализ подчёркивает многогранность проблемы и необходимость комплексного подхода к изучению самооценки детей из многодетных семей с учётом как внутренних, так и внешних факторов.

Здесь же хотелось бы представить результаты эмпирического исследования особенностей самооценки детей из многодетных семей, в котором принимало участие 28 детей 8-9 лет, из них 14 из однодетной семьи и 14 из многодетной семьи.

Для сбора эмпирических данных в исследовании использовались следующие методы:

- Тест «Лесенка» (С.Г.Якобсон, В.Г.Щур)
- Тест «Самооценка тревожности» (В. Богомолов)
- Измерение самооценки по методике Дембо – Рубинштейн.

Результаты методики «Лесенка» говорят о том, что самооценка детей из однодетных семей и самооценка детей из многодетных семей неодинаковая. Так, согласно полученным данным 18 % детей из многодетных семей имеют низкую самооценку, в то время как дети из однодетных семей не показали заниженной самооценки. Однако, следует отметить, что 25% детей из однодетных семей имеет завышенную самооценку, и лишь 18% детей из многодетных семей.

Детей с неадекватной завышенной самооценкой среди 28 испытуемых - 11 человек. Детей с адекватной самооценкой – 13 человек. Детей с неадекватной заниженной самооценкой – 4 человека.

Согласно полученным данным, из 15% детей с заниженной самооценкой, 11% - это дети, воспитывающиеся в многодетных семьях. Также исследование выявило детей, обладающих завышенной самооценкой, их 39 %.

Проведенное исследование уровня тревожности позволило выявить высокий уровень тревожности у 42 % детей, 32% из них составляют дети из многодетных семей.

После проведения констатирующего эксперимента и обработки результатов, всех участников поделили на две группы: контрольную и экспериментальную (по 14 человек).

После первичной диагностики уровня самооценки и тревожности, мы приступили ко второму этапу нашего исследования: разработке и проведению психокоррекционной работы по снижению уровня тревожности и формированию оптимальной самооценки младших школьников экспериментальной группы.

Трудности, связанные с формированием самооценки, создают атмосферу страха, вызывая тревожность, рождая чувства неуверенности и бессилия. Нами была предпринята попытка построения всей коррекционной программы с использованием методов и технологий сказкотерапии.

Опыт, приобретенный на сказкотерапевтических занятиях, способствует не только формированию адекватной самооценки, но и оказывает эффект «поддержки» в сложный для школьников период, помогает решать сложные проблемы, возникающие в межличностном общении. Новые положительные установки, а также навыки и умения, которые формируются в процессе программы, помогут эффективно преодолевать сложности реального мира.

Составлена психокоррекционная программа, исходя из возрастных особенностей детей, и выявленной проблематики.

Психокоррекционная работа проводилась нами в трех основных направлениях:

- во-первых, по повышению самооценки ребенка;

- во-вторых, по обучению ребенка способам снятия мышечного и эмоционального напряжения;
- в-третьих, по отработке навыков владения собой в ситуациях, травмирующих ребенка.

Работа проводилась по всем трем направлениям параллельно.

Цель работы – помочь детям определить свои возможности, раскрыть их, поверить в себя, повысить свою самооценку, избавиться от тревожности.

Задачи:

- Повышение самооценки;
- Повышение уверенности в себе;
- Развитие интереса к себе;
- Накопление эмоционально-положительного опыта;
- Снятие напряжения, тревожности, агрессивности;
- Формирование мотивации на самопознание;
- Развитие вариативности мышления;
- Стимулирование творческого самовыражения;

Рекомендации, использованные в психокоррекционной работе:

Организационные:

- При формировании группы учитывается принцип добровольности.

- Состав группы: дети в количестве 14 человек.
- На все время проведения занятий одно и то же помещение.
- Ведущий может быть участником группы.
- Стимульный материал готовился заранее и находился «под рукой».

- Время (45 мин)

Методические:

- На начальном этапе лучше давать больше упражнений, которые выполняются в парах. Это позволяет быстрее вовлечь всю группу в активную

творческую работу. С помощью игр-шуток происходит выравнивание эмоционального фона группы, активизация или концепция внимания перед предстоящей работой.

- Ведущий должен иметь четкую, конкретную цель на занятие, на каждый день и каждое утро.
- Особое внимание стоит уделять первой встрече, процедуре знакомства.
- Нужно помнить, что центральная процедура всех занятий – рефлексия, выраженная на языке чувств. Сначала она носит схематический характер, затем постепенно переходит в личностный.
- Позиция, стили, методы работы психолога в течение занятия должны быть разнообразны, гибки, мобильны. Стратегия работы находится в зависимости от потребностей, целей участников, контекста групповой ситуации, уровня развития группы и др.
- Сначала практика – потом теория. Таким образом, участники учатся действовать, думая, а думать действуя.

Повышение самооценки – один из самых эффективных приемов борьбы с тревогой в школе. Нужно отметить, что во всех без исключения передовых системах обучения, созданных известными современными педагогами-новаторами – В.Ф. Шаталовым, Ш.А. Амонашвили, Е.Н. Ильиным и другими, создаются элементы, направленные на внушение ему уверенности в своих возможностях, положительного мнения о себе [.]

Возраст участников — 8-9 лет.

Программа состоит из 10 занятий, с учетом учебной занятости детей. Одно занятие в среднем длится 40-45 минут. Занятия построены по алгоритму сказкотерапевтического занятия, что позволяет за очень короткий промежуток времени ощутить себя в «сказочном мире».

Материал основан на метафорах с использованием сказкотерапевтических упражнений и игр. Программа заканчивается в тот

момент, когда дети еще хотят путешествовать по сказке, здесь используется эффект «незавершенного действия».

Перевоплощение в сказочных героев помогает ребятам раскрыть свои внутренние способности, решить личностные проблемы, развить себя как личность. Дети не только слушают сказки, но и сочиняют свои собственные, что позволяет на бессознательном уровне проработать личностные проблемы, повысить уровень самооценки. []

Занятия с группой проводились в соответствии с разработанным планом, который описан в таблице 1 .

Таблица 1.

Тематический план занятий

№	название занятий	Цели и задачи	Время
1.	Встреча со сказкой детства	Цель: помочь подросткам в понимании единых смысловых линий в своих действиях и поступках через выполняемую ими деятельность. Задачи: осознание групповой принадлежности, развитие способности рассуждения и анализа действий.	45 мин
2.	Мой внутренний мир	Цель: рефлексия устойчивых личностных качеств (черт характера). Задачи: диагностика самопринятия; формирование представлений о чертах характера.	45 мин
3.	За маской	Цель: критическая оценка своей личности со стороны, выделение положительного. Задачи: осознание своих внутренних качеств.	45 мин
4.	Театр масок	Цель: развитие способности самовыражения. Задачи: накопление положительного опыта, способность к совместной творческой деятельности, проявление творческого потенциала.	45 мин
5.	Сказочный мир	Цель: содействие в осмыслении существования волшебства и чудес в реальном мире. Задачи: рассказать о волшебстве в реальном мире; ознакомить с природой созидательной и разрушительной силы человека; развить фантазию и воображение.	45 мин

6.	Мы – разные	Цель: демонстрация индивидуальных особенностей человека. Задачи: изменить отношение к непохожим людям; разработать модель конструктивного взаимодействия с самим собой и с окружающими людьми.	45 мин
7.	Люди и куклы	Цель: повышение самооценки, развитие позитивной Я-концепции. Задачи: психодиагностика, развитие интереса к себе, развитие саморегуляции и самоуправления.	45 мин
8.	Весь мир – театр	Цель: осознание собственных поведенческих реакций (поступков). Задачи: показать важность осознания своих поступков; развить способность к децентрации, умение встать на место другого и посмотреть на себя со стороны; сформировать умение регулировать свое поведение.	45 мин
9.	Могущество Я	Цель: оказание помощи участникам в раскрытии их сильных сторон. Задача: актуализация их личностных ресурсов.	45 мин
10.	Окна в будущее	Цель: интеграция опыта. Задачи: интеграция Я-схемы прошлого, настоящего и будущего, преодоление ролевого смещения и достижение эго-идентичности.	45 мин

После окончания занятий по описанной программе в экспериментальной группе, была проведена диагностика. Результаты диагностики контрольной группы по окончанию занятий были сопоставлены с результатами диагностик в экспериментальной группе.

Диагностика проводилась с помощью тех же методик, что и на констатирующем этапе.

Данные методик показали следующие результаты: у 9 из 14 человек уровень самооценки повысился до адекватного. У 10 из 14 человек уровень тревожности понизился до нормы. Таким образом, повышение уровня самооценки произошло у 65% испытуемых, а тревожность была снижена у 71% испытуемых.

Таким образом, психокоррекционная программа с применением техник и методов сказкотерапии позволяет повысить уверенность детей в себе, обучить навыкам сотрудничества и снизить уровень тревожности.

Достигнута цель повышения уровня самооценки детей младшего школьного возраста, повышения уверенности в себе, понижения уровня тревожности детей.

Теоретическое и эмпирическое исследование позволило составить практические рекомендации для школьных педагогов-психологов, социальных педагогов, классных руководителей, а также родителей по эффективному взаимодействию с детьми из многодетных и однодетных семей.

Использованные источники:

1. Абраухова В. В. Педагогика дошкольного образования в условиях реализации ФГОС. Учебно-методическое пособие. М.: Директмедиа Паблишинг, 2021. 44 с.
2. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в 2 ч. Ч. 1. Система работы психолога с детьми разного возраста [Электронный ресурс]: практическое пособие / Е.И. Рогов. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2021. – 412 с.
3. Зверева О. Л., Ганичева А. Н. Семейная педагогика и домашнее воспитание. Учебник для СПО. М.: Юрайт, 2022. 178 с
4. Носкова Н.В. Психология возрастного развития человека [Электронный ресурс]: курс лекций / Н.В. Носкова; Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации, Алтайский филиал. – М.; Берлин: Директ-Медиа, 2021. – 291 с.
5. Войскунский, А. Е. Психология и Интернет / А. Е. Войскунский. — М.: Акрополь, 2020. — 439 с.