

УДК 159.9.07

Надежда Ивановна ЦВЕТКОВА, частнопрактикующий психолог-психотерапевт, групповой тренер, супервизор, действительный член Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, г. Новосибирск; e-mail: cvetkova\_ni@mail.ru

## Самоценность и формирование личности в ребёнке

В статье раскрывается авторский взгляд на связь психологических проблем в человеке с формированием личности в ребёнке раннего возраста, когда нарушается его самоценность в отношениях с личностью незрелой мамой. Рассматриваются причины вредящего ребёнку воспитания в семье и необходимость общества повышать психологическую грамотность населения в отношении раннего детства и осознанного материнства. Предлагается выход из личностной незрелости через коррекцию личности в личностном анализе для восстановления самоценности.

**Ключевые слова:** самоценность, формирование личности в ребёнке раннего возраста, личностная незрелость, психологическая проблема, Внутренний конфликт, воспитание, психологическая грамотность родителей, коррекция личности, личностный анализ, восстановление самоценности.

*Nadezhda I. TSVETKOVA, privately practicing psychologist-psychotherapist, group trainer, supervisor full member of the All-Russian Professional Psychotherapeutic League since, Novosibirsk; e-mail: cvetkova\_ni@mail.ru*

## The Self-Esteem and the Formation of a Personality of a Child

The article reveals the author's view on the psychological problems of man connected with the formation of a personality of a child at an early age, when the Self-esteem of a child is violated by a personally immature mother. The aim of the study. The causes of the child-harmful upbringing in the family motivate the society to improve the psychological literacy of the population in terms of the problem under discussion, i.e. the early childhood and conscious motherhood relationship. Results of the study. The «exit» from personal immaturity via the personality correction in the Self-analyzing to restore the Self-esteem is proposed.

**Keywords:** the Self-esteem, formation of personality of a child at an early age, personal immaturity, psychological problem, Internal conflict, upbringing, psychological literacy of parents, personality correction, personality analysis, restoring the Self-esteem.

**Утверждать нужно... достоинство каждого человека, верховную ценность каждого человека**

*Н. Бердяев, «Самопознание»*

Ранний детский возраст очень важен для человека. Задаваясь вопросом «кто я?», люди чаще всего отождествляют себя с личностью, уравнивая между собой понятия «личность» и «человек». Из этой позиции трудно поверить, что можно что-то поменять в себе. Если «таким уродился», то остаётся мириться со своими психологическими особенностями, приспособившись к жизни с тем, что есть, и лишь сетуя на судьбу: «Не повезло...». Но действительно ли человек «уродился» своей личностью? И настолько ли он изначально «задан», чтобы не было возможности кардинально изменить в себе то, что не устраивает в своём поведении, чувствах, мыслях?

Чтобы ответить на эти вопросы, углубимся в понятие «личность». Можно заметить, что однокоренное слово «личина» (маска) подсказывает, что это должно быть нечто внешнее и отдельное от человека, скрывающее то, что «под маской». Поэтому возникают новые вопросы: откуда берётся личность в человеке и что это в нас?

Находим ответы в воззрениях Л. С. Выготского: «Личность — первичное, что создается вместе с высшими функциями сознания в социальных отношениях... и сами эти функции, перенесённые в личность, ... становятся основой социальной структуры личности», внутренним «диалогом» по типу «субъект — субъект». А сознание, по его мнению, есть «как бы социальный

контакт с самим собой». Формирование основных социальных структур сознания происходит между взрослым и ребёнком «при интериоризации процессов общения... с вращиванием» функции вовнутрь. Всякая функция сначала разделена между двумя (мать и ребёнок), постепенно усваиваясь, становится внутренней функцией ребёнка, причём окрашенной его восприятием и отношением [2].

Получается, что формируется Личность в ребёнке после рождения в отношениях со своей мамой (или замещающей родительской фигурой), когда её образ, запечатлённый при первоначальном контакте с миром, «вселяется» (интериоризируется) в его сознание, постепенно образуя второе, внешнее, «я» как «социальную оболочку» для адаптации к социуму. Содержанием формирующейся в ребёнке Личности становится постепенно «пробуждающееся» в нём сознание, обладающее способностью к саморазвитию (до Разума). Насколько оно развито в человеке, настолько зрелой проявляется его Личность и разумным становится его поведение.

А с чем же тогда ребёнок рождается? Без сомнения, каждый из нас приходит в мир своей уникальной Индивидуальностью, в ней как в программе саморазвития заложены наши способности, задатки, таланты — все внутренние возможности для дальнейшего развёртывания на протяжении жизни. Значит, Личность в человеке можно рассматривать как внешнее «я» относительно Я-Внутреннего с функцией защиты и посредника во внешнем мире (социуме).

Из этой позиции у Личности два вектора внимания: внутрь — к себе (своей Индивидуальности) и вовне — к другим. Соответственно, и два уровня *отношений*: с собой и другими. Таким образом, благодаря обретенной Личности человек получает присущую ему двойственность и возможность проживания в своём Внутреннем мире в отношениях с самим собой — это отличает человека от животных. В этих отношениях происходит развитие сознания и духовности в человеке.

Однако здесь же создаются и психологические проблемы с сопровождающими их страданиями (чего нет у животных), когда отношения с собой обретают характер Внутреннего конфликта. Значит, именно сюда должно направляться внимание человека для разрешения внутренних проблем — к отношениям с самим собой, которые необходимо урегулировать. И когда удаётся осознать, что происходит внутри себя, появляется возможность увидеть искажения своей личности, мешающие быть собой. Так появляется шанс изменить себя и свою жизнь.

Каким же образом внутренние отношения в человеке становятся вредящими самому себе? Зная о том, что отношения с собой формируются в отношениях со своей мамой, можем догадаться, откуда наши проблемы, — конечно, из детства. Какими сложились отношения у мамы с ребёнком — самоценностными или само-

обесценивающими, такими же они складываются у его Личности со своей Индивидуальностью. Рассмотрим, как это происходит.

С самого рождения ребёнок ведёт себя вполне самоценно, настойчивым криком заявляя о своём существовании и требуя удовлетворения своих *потребностей*, хотя пока ещё у него нет осознанного отношения к своим «хочу». Лишь спустя определённое время в маленьком человеке по мере пробуждения *сознания* появляется самосознание, что приводит к пониманию отношений и позволяет судить о своей значимости, ценности. Тогда и складывается у ребёнка собственное отношение к себе — ценностное или самообесценивающее в зависимости от отношения к нему его мамы.

Если отношение мамы к ребёнку заботливое и дружелюбное, он улавливает к себе её послание «*ты ценный*» — это становится его жизненной позицией «*я ценный*». Тогда его Я полно достоинства и хорошего к себе отношения, что ощущается как природная самоценность, дающая право не только на своё присутствие, существование в мире, но и право на возможности мира для себя. А когда потребности ребёнка не удовлетворяются, он испытывает лишённости, чувствует к себе плохое отношение, тогда он делает вывод «*я неценный*» и с таким отношением к себе начинает жить и приспосабливаться к окружающим.

Для поддержания Самоценности в ребёнке очень важно, чтобы с самого рождения рядом была мама с ценностным отношением к его потребностям, с искренним интересом ко всем его устремлениям и желанием их понять, способная давать ему не только своё внимание, но и уважение, свободу быть Собой, право проявлять свою волю. В этом заключается материнская любовь.

Во многом Индивидуальность в человеке похожа на себя-ребёнка, а Личность — на свою маму. Поэтому для понимания отношений внутри себя удобно использовать понятия, введённые Эриком Бёрном: Внутренний Ребёнок в паре с Внутренним Взрослым или Родителем [1].

Состояние *Внутреннего Ребёнка* в нас похоже на себя-ребёнка примерно шести лет. Проявляется «детским» поведением с любознательностью, активностью, творчеством, интересом и доверием к миру, открытостью чувств и желаний, верой в себя и свободой в самопроявлении. Всё это благодаря доверию своему Внутреннему Взрослому, который обеспечивает безопасный контакт с миром, благополучие и детскую беззаботность.

Состояние *Внутреннего Взрослого* — рассудочное, ровное, спокойное, уверенное, когда человек опирается на факты, потому что он в контакте с реальностью («здесь и сейчас»). Это позволяет человеку делать осознанный выбор и принимать ответственные решения при удовлетворении внутренних потребностей. *Внутренний Родитель* в нас формируется по маминному образцу и несёт в себе присущие маме личностные

искажения. Проявляется оценочной позицией, контролем и негативными эмоциями в адрес себя-Внутреннего Ребёнка.

После того как в отношениях с мамой в сознании ребёнка образуются эти внутренние инстанции, можно смело говорить об отношениях внутри себя. У личностно зрелого человека внутри между Взрослым и Ребёнком естественны самоценностные, дружественные отношения, позволяющие жить в ладу с собой и другими. Незрелость личности связана со слабым Взрослым началом в человеке при гегемонии Внутреннего Родителя, обесценивающего Внутреннего Ребёнка. Тогда отношения с собой обретают характер Внутреннего конфликта, повторяющего отношения со своей личностно незрелой мамой, что и создаёт разного рода психологические проблемы.

Итак, в каждом из нас есть тот, кому по-детски необходимо чувствовать себя ценным, чтобы получать внимание, участие, заботу, дружественное и уважительное отношение. И есть тот, кто может всё это дать, — преданный и умелый друг и наставник в лице своего Взрослого начала. По мнению А. Б. Орлова, «личность должна быть инструментом, слугой,... и тогда это будет «интегрированное Я» [3].

### **1. Роль мамы в формировании зрелой Личности в ребёнке**

Судьбоносное значение мамы в процессе воспитания состоит в том, что личность в ребёнке сформируется зрелой (Взрослой) или незрелой (неВзрослой) в зависимости от личностной зрелости (Взрослости) своей мамы, потому что мамино ценностное или оценочное (и как следствие, обесценивающее) отношение к ребёнку фиксируется в сознании и становится его собственным самоценностным или самообесценивающим отношением к себе (к своей Индивидуальности). Что и определяет его судьбу.

Рассмотрим, что же главное требуется от мамы для формирования в ребёнке зрелой Личности, которая способна ценностно относиться к себе (своей Индивидуальности), чтобы эффективно обустроить свою жизнь, позволяя тем самым человеку быть здоровым, успешным, счастливым и жить в ладу с собой и другими.

В отношениях с ребёнком маме необходимо: а) проявлять к нему ценностное отношение и давать полезные родительские образцы поведения; б) обеспечивать две базовые ценности в воспитании: право ребёнка на удовлетворение всех своих *потребностей* (проявление Детского «хочу») и право получать из мира *возможности* для удовлетворения своих потребностей (становление Взрослого «могу»).

Ребёнок приходит в мир совершенно беспомощным, именно это даёт ему безусловное право хотеть и требовать, а также получать из мира всё, что требуется его телу и его душе. По праву рождения он изначально пользуется мамой как миром возможностей для удовлетворения своих потребностей. И это право обеспе-

чивается ею с первого дня его жизни благодаря заложенной в материнском инстинкте безусловной любви к зависящему от неё существу, а также в соответствии с материнским долгом гарантировать ребёнку безопасность и благополучие.

Право ребёнка на свои *потребности* («хочу») особенно очевидно заявляется в период младенчества, когда он своим криком требует удовлетворять их незамедлительно. Ведь сама жизнь, как и естественный рост тела и гармоничное развитие души, обеспечиваются удовлетворением возникающих изнутри телесных и душевных запросов на потребление тех или иных элементов мира.

В самом начале удовлетворённость ребёнка призвана обеспечивать его мама, ценностно относясь к его внутренним запросам. По мере его взросления и освоения навыков самообслуживания она передаёт ему заботу о самом себе, всё больше и больше доверяя ему его собственную жизнь. Постепенно мамина функция заботиться об удовлетворении потребностей ребёнка переходит к его собственной личности — она становится «мамой» для себя.

Право на *возможности* мира (правомочность) для удовлетворения своих потребностей в человеке исходит из самоценности и реализуется, лишь когда он верит, что ценный. А ребёнок верит в себя, когда другие верят в него — принимают его таким, какой он есть, доверяют ему мир его возможностей. И когда он проявляет себя, пробуя что-то творить в этом мире, мир принимает и его творения. Тогда у ребёнка укрепляется доверие своим способностям: «я могу» проявлять себя в мир и «могу» по праву брать из мира необходимое для себя.

Если мама верит в ребёнка, доверяет его желаниям и устремлениям, то и личность в ребёнке верит в свою Индивидуальность, признаёт её право проявлять себя, чтобы претендовать на возможности мира. Напротив, сомнение в себе (в своей ценности) влечёт за собой сомнение в праве на возможности мира и своё волеизъявление по отношению к нему. И это проблема нерезультативных людей.

Таким образом, право ребёнка на ценностное отношение к своим *потребностям* и право на *возможности* мира для собственного удовлетворения — два взаимосвязанных ориентира в воспитании. И это основа нормального функционирования человека во взрослой жизни, что указывает на чрезвычайно значимое осознанное материнства и раннего детства, где формируется личность в ребёнке.

### **2. Две главные задачи воспитания в семье**

Из рассмотренных выше двух базовых ценностей в воспитании вытекают две главные воспитательские задачи: 1) *принятие* ребёнка со всеми его внутренними *потребностями* и 2) постановка *границ* для адаптации в социуме, чтобы он мог осуществлять своё право брать необходимое для себя из мира *возможностей*.

*Принятие* ребёнка таким, какой он есть, заключается в ценностном, уважительном отношении ко всем детским потребностям — в самом начале это становится для родителей главной задачей воспитания. Но давайте прежде разберёмся, что означает термин «принятие». Нужно ли принимать в человеке то, что нам нравится или даже восхищает в нём? Конечно, нет. Принимать приходится то, что нам не нравится в Другом и хотелось бы это изменить.

В ребёнке родительского принятия требует то, что может не устраивать в нём и даже вызывать неприятные чувства — какие-то его слабости, так называемые «недостатки». В этом трудность принятия. Однако мы понимаем, что в каждом человеке, помимо его сильных сторон, всегда есть и слабые (недоразвившиеся) его качества, и если их отрицать, запрещать, подавлять, то они так никогда и не разовьются. Именно слабости нуждаются в принятии, поддержке и помощи в том, чтобы они могли усилиться и из «минуса» перейти в «плюс».

Особенно это очевидно для детского развития. Недопустимо разделять ребёнка на «хорошего» и «плохого», приклеивая к нему родительские ярлыки, оценки и на этом основании ограничивать его запретами. Если те или иные детские качества критикуются, отвергаются старшими, не принимаются в ребёнке — он сам начинает не принимать это в себе, не любить, отвергать, подавлять, что нарушает его целостность и создаёт в нём психологические проблемы.

Для ребёнка очень важно, чтобы родитель был всегда на его стороне, даже когда он делает что-то «не так». Чтобы вместо критики и наказания родитель был способен вместе с ребёнком разобраться в причинах и мотивах детского «проблемного» поведения, выявить ошибки его мышления и вместе найти новое решение. Такое родительское участие в жизни ребёнка позволяет ему учиться анализировать своё поведение и обрести жизненный опыт, сохраняя целостность своего Я.

Следует отметить, что в отличие от материнского *принятия* роль отцовской фигуры в воспитании заключается в *признании* успехов ребёнка, которые он должен заслужить. Ребёнку важно чувствовать свой успех в том, что он делает, это приносит самую большую удовлетворённость и энергию, радость от освоения мира и участия в совместных с родителями делах. Такой семейный опыт наполняет его уверенностью в себе, что имеет значение при переходе в социум.

*Постановка границ* — вторая важная задача в воспитании ребёнка как необходимый этап его социализации, подготавливающий для жизни в обществе, куда он неизбежно выйдет из своей семьи. Личностные границы регулируют удовлетворение потребностей многих людей в одном пространстве, обозначая право каждого на имеющиеся возможности. И одновременно устойчивые личностные границы позволяют защищать свои права среди других людей.

«Хочу/не хочу» — самый заметный способ обозначения границ уже в раннем детстве. Уважительное отношение к чувствам и желаниям ребёнка, бережное обращение с его телом воспитывают в нём собственное к себе уважение и ощущение своих границ, что даёт возможность их отстаивать, без чего невозможна самоценность. При этом важно даже маленькому ребёнку показывать, что у других, как и у него, тоже есть свои «хочу/не хочу».

Регулятор «можно/нельзя» обозначает границы возможностей на основе установленных правил и позволяет строить отношения с другими. Но если в жизни ребёнка много «нельзя», значит, ущемляются его права на возможности мира. И тогда он вынужден в своём поведении ориентироваться на внешние мнения и чужие оценки тех, кто таким правом обладает (от кого он зависит).

«Моё/не моё» — этот регулятор границ личности в ребёнке складывается на основе права собственности, возникает на той стадии развития, когда в его сознании происходит расширение Я присоединением себе элементов мира. У ребёнка должно быть своё жизненное пространство, свои игрушки, книжки, вещи, принадлежащие ему, которыми он вправе распоряжаться. Это позволяет ему самому по своей воле выбирать то, что ему нравится и хочется, что стимулирует его собственный интерес в получении результата.

Расширение границ «моё» увеличивает границы его «могу» (проявление Внутреннего Взрослого). И тогда повышается вероятность того, что всё большая часть его «хочу» (проявление Внутреннего Ребёнка) может быть удовлетворена им самостоятельно, позволяя сформироваться ответственности и независимости в процессе его взросления.

Нарушению родителями личностных границ ребёнка способствуют вредные семейные традиции. Например, до сих пор широко бытует мнение, что ребёнок должен быть послушным воле родителей. Но как тогда он может стать уверенным в себе без возможности практиковаться в проявлении своей воли? И ответственность в ребёнке не сформируется без возможности на практике осуществлять собственный свободный выбор.

В послушании ребёнок становится бесправным и зависимым от хорошего к себе отношения со стороны значимого родителя (а потом и от других людей). Когда ему приходится обслуживать чужие потребности, чтобы получить одобрение и заслуживать право на свои «хочу», тогда ведущей потребностью ребёнка становится не детский интерес к изучению мира и своё проявление в нём, а желание угодить, чтобы не потерять расположение к себе того, от кого он зависит.

Также мало кто задумывается о праве маленького ребёнка быть собой, чтобы рассчитывать на безвозмездную заботу о себе со стороны старших. Разве обязан ребёнок быть благодарным за то, что его кормят,

одевают, играют с ним? Это для него естественные условия существования, которые он не должен отрабатывать или оплачивать своей любовью.

Каждый родитель по умолчанию является воспитателем. Однако воспитание — это не просто содержание ребёнка, чтобы он был сыт, одет, обут. Это процесс его телесного, умственного, душевного и духовного развития, что зависит от наличия в нём самооценности. Поэтому не только родители, но и все, кто причастны к воспитанию, должны знать, как нужно обращаться с ребёнком, чтобы в нём сформировалась личность, способная к самооценным с собой отношениям. Этой личностью он продолжит строить свою взрослую жизнь.

Воспитывать ребёнка легко, когда учитываются особенности возрастных периодов ведущей деятельности, где на каждом этапе — свои предпочтения в соответствии с детскими потребностями. У родителей должно быть отчётливое представление о закономерностях развития ребёнка и о том, как с ним правильно обращаться в разные *возрастные периоды*, описанные в возрастной психологии.

*Для младенца* (с первых недель до года) важен эмоциональный контакт со взрослым, поэтому маме необходимо воспринимать его как человека с первого дня рождения, не относиться к маленькому ребёнку как к живой кукле. Важно постоянно поддерживать с ним контакт, разговаривать, улыбаться, прикасаться. Без эмоционального контакта с мамой нарушается его психическое развитие.

*От 1 года до 3 лет* у ребёнка ведущей становится предметная деятельность, формируется практический интеллект. Ребёнку нужно создать условия для безопасного освоения пространства, наполненного предметами, чтобы он мог ими манипулировать. Начинает проявляться его Я, зарождается самосознание.

*С 3 до 7 лет* ведущая деятельность ребёнка — игровая, где формируется ролевое поведение, познаются отношения. Здесь помогают игрушки, замещающие людей, а также сами люди, которых можно наделять ролями. Немаловажно посещение детских коллективов для такого общения.

*С 7 до 11 лет* ведущей становится учебно-познавательная деятельность в сочетании с межличностным общением. В ребёнке появляется внутренний план действий, самоконтроль, рефлексия. Просыпается интерес к информации и к учителям, старшим товарищам, от которых её можно получить. Важно поддерживать в ребёнке его интересы, создавая безопасные условия для познания себя и мира.

*В подростковом возрасте* с 11 до 14 лет главным для ребёнка становится дружба, личное общение со сверстниками, совместная групповая деятельность по интересам. Родителям хорошо привлекать для этого спортивные секции и кружки, организовывать детские мероприятия.

*В ранней юности* с 14 до 17 лет интерес перемещается к области отношений с противоположным полом и творческой самореализации. В этот период необходимо поддерживать ребёнка в его устремлениях и переживаниях, не потерять с ним контакт.

Важно вовремя заметить интерес ребёнка и идти за ним, чтобы вовлечь его в подходящую деятельность для обретения соответствующих знаний и навыков, заинтересовать познанием той или иной области науки и техники, успеть сформировать в нём хорошие привычки в самообслуживании. Если возрастной период развития ведущей деятельности не использован, потом нелегко возместить упущенное, потому что детский интерес переместился уже на следующий уровень.

Чтобы ребёнка не напрягал процесс обучения, ему должно быть в этом процессе интересно и увлекательно. А родителям вместо принуждения ребёнка к долготерпению нужно быть изобретательными, чтобы находить возможности заинтересовать, замотивировать его тем, что необходимо для обретения знаний и навыков.

Семья для ребёнка — это начало пути в свою собственную жизнь. И этот путь сложится благополучно, если каждый родитель сможет быть по-настоящему Взрослым для ребёнка — ответственным, умелым, понимающим, великодушным, осознающим свою роль в детской жизни. Чтобы в каждодневной родительской работе своевременно замечать, понимать ребёнка и качественно удовлетворять его потребности для его роста и развития, а также для лучшей его адаптации в социуме.

### **3. Роль общества в семейном воспитании**

Устройство семейных отношений и, соответственно, их влияние на формирование личности в ребёнке определяется ценностями, сложившимися в обществе. В гуманистическом мире главная ценность — Человек с его неисчерпаемым внутренним ресурсом как для собственного самовозрастания, так и для создания общественно-полезных ценностей. На принятых семьёй общественных ценностях формируются ценности индивидуальные, они впитываются ребёнком через родительские образцы. Такие гуманистические ценности, как Достоинство, Уважение, Честь, Справедливость, Любовь, вполне доступны человеку с целостным сознанием (Разумом).

Отталкиваясь от значения слова «ценности» как «*важность, приоритетное отношение при выборе*», мы можем взглянуть на них с точки зрения выбора наилучших возможностей для удовлетворения потребностей. И тогда становится очевидным, что ценности выражают то, каким должно быть отношение к потребностям каждого человека — достойное, уважительное, честное, справедливое, с любовью. Из этого исходит ценностное отношение родителя к ребёнку и ценностное отношение каждого человека к самому себе.

В мире тоталитарном нет условий для формирования зрелой Личности, когда преобладает бездуховный подход к пониманию человека, обесценивание, подавление, манипуляции, что превращает его в механический элемент системы, ведёт к расчеловечению и дегуманизации общества. Когда человек сам по себе без социальных достижений (особенно, если это ребёнок) не воспринимается как высшая ценность, в то время как она заключена в будущей реализации его внутреннего потенциала.

До сих пор вредное для ребёнка воспитание исходит из искажённого восприятия детства в обществе. Особенно от недооценки важности раннего детского периода, в котором формируется личность в ребёнке. Возможно, потому что психологические знания о раннем детстве слабо просачиваются в общественное сознание, чтобы помогать миру «больших» понимать мир «маленьких».

А. Б. Орлов полагает, что основы современной психологии детства исходят из традиционных принципов построения отношений между миром «взрослых» и миром детей. Здесь слово «взрослый» беру в кавычки, имея в виду, что этим выражается невзрослое, скорее, Родительское (надменное) отношение к детству.

1. Мир детства лишён своего собственного и ценного для «взрослых» содержания, это часть мира «взрослых», неравноценная, подчинённая его целям, установкам и ценностям.

2. Мир «взрослых» существует, тогда как развитие мира детства всегда рассматривалось как «взросление», то есть планомерное движение детей по созданной миром «взрослых» «лестнице» возрастов, усваивая содержание мира «взрослых».

3. Мир «взрослых» всегда жил по своим законам и всегда навязывал эти законы миру детей. Мир детства всегда был беззащитным по отношению к миру «взрослых» и всегда так или иначе деформирован вторжением мира «взрослых».

4. Мир детства — это мир учеников и воспитанников, мир «взрослых» — это мир учителей и воспитателей; взаимодействие происходит в одном направлении от «взрослых» к детям. Мир детства всегда находился под полным контролем мира «взрослых», необходимым для процесса обучения и воспитания.

Психология детства основную задачу видела «в изучении мира детства с целью обеспечения его ускоренного и оптимального взросления... Традиционная психология детства — одно из наиболее изощрённых орудий деформирования мира детства и контроля над ним» [3]. Как будто детство — досадный период в жизни человека, который нужно побыстрее «проскочить» и повзрослеть, когда сам по себе ребёнок и детский период его развития не имеют ценности.

Представитель гуманистической психологии Карл Роджерс утверждал, что в человеке заложено основополагающее стремление к развитию и самоактуализации.

Он подчёркивал, что все препятствия к этому возникают в детстве. Роджерс обозначил необходимые условия гуманизации межличностных отношений: 1) безоценочное позитивное принятие другого человека; 2) его активное эмпатическое слушание (понимание); 3) подлинное и искреннее самовыражение в контакте с ним [4]. Как важны эти условия в детско-родительских отношениях! Необходимо, чтобы родитель безоценочно принимал ребёнка, с интересом стремился понять его и был с ним искренним и настоящим собой.

Однако вряд ли можно ожидать от обычной семьи, что родители сами смогут придерживаться научного подхода в обращении с ребёнком. Ещё классик психологии Карл Юнг говорил о «глупых и ограниченных методах воспитания», где некомпетентные родители сами остаются детьми, а также о том, что родителям необходимо дать представление о личности, как устроен ребёнок и как психологически грамотно с ним следует обращаться [7].

Разработанная мной самоценностная теория личности с акцентом на внутренние отношения в человеке между Личностью и Индивидуальностью делает лёгким понимание самых глубоких знаний о том, как в человеке образуются психологические проблемы и что нужно делать родителям, чтобы уберечь от этого своего ребёнка. Только ценностное отношение родителей к своему ребёнку позволяет сохранить природную его самоценность и сформироваться в нём зрелой личности. Это гарантия его счастливой жизни без психологических проблем.

Формирование личности в ребёнке — это не личное дело родителей, ведь личность каждого из нас является «системообразующей» единицей общества. Оттого, какой сформируется личность ребёнка в семье, зависит, станет он будущим зрелым или незрелым «кирпичиком» общества. Обществу и государству нужно повесить ответственность семьи за качество воспитания детей, позаботиться о том, чтобы родители были обеспечены современными знаниями о закономерностях детского развития, представлениями о процессе воспитания, навыками выстраивания ценностных отношений с ребёнком.

Исходя из понимания, что Личность закладывается в раннем возрасте — не в детском саду и не в школе, а в кругу своих близких, необходимо обновлять систему воспитания в семье. Если говорить о школе, то туда ребёнок приходит с уже сформировавшимися личностными искажениями. И требовать, чтобы он стал другим, — бесперспективно, он сам от этого страдает, но изменить не в состоянии (он так устроен). Нужно учитывать это в общении с ним. Можно лишь помогать ребёнку в его адаптации к социуму, опираясь на его сильные стороны и поддерживая слабые, корректируя там, где проявляется его проблемное поведение.

Знание психологии личности должно быть базой любого специалиста, работающего с детьми. Об этом

и высказывание выдающегося русского педагога К. Д. Ушинского: «В воспитании всё должно основываться на личности воспитателя, потому что воспитательная сила изливается из живого источника человеческой личности» [5].

#### **4. Каждому есть о чём поработать над своей личностью**

Помогать ребёнку в становлении его личности — самая ответственная деятельность в человеческой жизни. И каждый, прежде чем стать родителем, должен отдавать себе отчёт, насколько зрелой является своя личность, чтобы стать образцом для будущего ребёнка при формировании его личности. В этом огромная родительская ответственность. Ведь поскольку родители сами «родом из детства» и несут в себе искажения своей личности, они могут, как эстафету, передавать их своему ребёнку.

Когда в поведении сына или дочери начинают проявляться те или иные проблемы, обычно родители не связывают это с собой и пытаются «лечить» ребёнка, в том числе с помощью психологов. Что-то мешает им признать, что они сами являются источником детских проблем, их собственная личностная незрелость и дисфункциональные детско-родительские отношения. Хотя никем не оспаривается, что практически в каждом человеке есть своя психологическая проблема, сформировавшаяся в детстве при воспитании своими личностно незрелыми родителями. Потом это «проигрывается» в отношениях, в том числе со своим ребёнком, и не может не влиять на возникновение в нём проблем.

Какие это могут быть проблемы? Неуверенность в себе из-за низкой самооценки («я хуже») с чувствами обиды и вины. Или, напротив, неспособность замечать личностные границы других людей («я лучше»), откуда конфликты с окружающими и чувства раздражения и злости. Неудовлетворённость из-за непонимания своих «хочу». Невозможность построить близкие отношения из-за отсутствия контакта с собой. Перечислять можно бесконечно.

Принято считать, что существует множество самых разных психологических проблем. Однако при ближайшем рассмотрении оказывается, что практически все они сводятся к обесцениванию личностью своего Внутреннего Я, то есть к нарушению и даже потере самооценности, когда человек не знает, не ценит в себе Себя — свою Индивидуальность. Нередко она даже изгоняется из собственной жизни, «захватившей власть» незрелой личностью. И тогда в человеке закрываются пути к самопознанию, самопроявлению и самореализации, когда это «само» в себе неинтересно или бывает даже ненавистно собственной личности.

Такой человек живёт не собой и не своей жизнью, а в сценарии травмированного детства с Внутренним конфликтом, который затрудняет удовлетворение своих потребностей, следствием чего и становятся все-

возможные проблемы. Но если это великое множество «проблем» рассматривать как симптомы одной главной психологической проблемы — нарушения самооценности в человеке, то становится понятным, что решение их лежит в её восстановлении. И это про отношения внутри себя между Личностью и Индивидуальностью.

Решение любой проблемы заключается в распознавании и устранении её причины. Помощь психолога здесь должна состоять в том, чтобы создать человеку условия, при которых он сможет увидеть эту причину в себе, осознать связь между проявлением проблемы «сейчас» и тем, что происходило «тогда» и «там», где она образовалась. Позволяет это сделать исследование своих детско-родительских отношений, в которых сформировалась личность в ребёнке — именно она создаёт трудности во взрослой жизни.

Многу разработан, описан и проверен в психологической терапии метод личностного анализа для восстановления самооценности [6], позволяющий человеку в работе над собой вскрывать глубинные истоки своего проблемного поведения и устранять личностные искажения, когда человек уже взрослый. Тогда он может познакомиться с собой внутри, чтобы отрегулировать отношения между своими Ребёнком, Взрослым, Родителем и собрать себя в целостное Я.

Этому способствует обретение осознанности, когда человеку удаётся увидеть причину мучающей его проблемы, тогда к нему приходит понимание, что это не «я не такой», а в себе есть нечто «не такое», что создаёт ему проблемы и мешает жить. Появляется новый взгляд человека на самого себя и свою жизнь, и открывается путь к восстановлению самооценности и новым отношениям с собой и миром.

Осознавание причин, по которым личность неценностно относится к своей Индивидуальности, позволяет менять эти отношения внутри себя на ценностные, что становится для человека «чудесным» выходом из его психологической проблемы. Как только в нём устанавливается безоценочное самовосприятие, он начинает понимать ценность Индивидуальности в себе, с самооценностью как будто «заново рождаясь» для своей новой жизни. Об этом пишут в отзывах мои клиенты.

*«Моя ценность восстанавливалась по крупицам. Самое главное, что со мной произошло: я ощутила осознание собственной ценности! Я — ценная потому, что я есть! Я люблю и принимаю себя. Я чувствую комфорт в душе! Сейчас, если я не хочу чего-то — я не делаю и не чувствую ни вины, ни страха. Никогда так не делала! Это очень круто!»*

*«Я изменился. Раньше было много переживаний, паники. Сам себе не доверял, было детское поведение. Теперь чувствую взрослую ответственность за свою жизнь. Перестал слушать чужие мнения, это сильно влияло на мои решения. Стало больше структурированности в понимании и в делах. Больше самостоятельности. В общем, повзрослел я, разбираясь с собой.»*

Чувствую себя гармонично, самоценно. Появилось новое отношение к маме с пониманием её собственной невзрелости».

«До работы над собой я была полна презрения к себе, была жутко зажатой, отчаявшейся. Для меня стало открытием, что каждый в мире человек прекрасен по своей сути, обладает уникальными особенностями и способностями, имеет огромный потенциал. Думаю, что эта идея, которую Вы несёте в мир, является фундаментальной! Нужно освободиться от вредных убеждений о себе, познакомиться с самим собой, научиться находить контакт с собой. Увидеть, что ты прекрасен!»

Задача работы над собой в личностном анализе — не приобрести какие-то новые навыки, улучшить себя и сделаться новым собой, а в том, чтобы познать себя — кто «я есть», познакомиться с собой свою личность. Направленный на изменение личности от незрелости к зрелости личностный анализ приводит к улучшению отношений с собой, восстановлению веры в себя, от чего становится легко на душе, происходит оздоровление тела, облегчаются контакты с миром, меняются жизненные цели, возрастает энергия на их воплощение. И открывается жизненный смысл как процесс от самопознания через самопроявление к самореализации. Такого родителя заслуживает каждый ребёнок.

Психология и воспитание — неразделимы, потому что психология родителей определяет, каким будет воспитание ребёнка, от чего зависит, зрелой или незрелой сформируется его личность. И уже от этого зависит его психология — мысли, чувства, желания, воля, мотивация, ценности, поведение... И его будущие отношения со своим ребёнком.

Возможно, школа — как раз то место, откуда могло бы начаться воплощение идеи оздоровления общества через личностное «дозревание». В первую очередь, Школа Самоценности для мам нынешних и будущих как форма дополнительного образования с привлечением обученных для этого психологов. Такая задача могла бы стать национальной идеей: «Каждому ребёнку — личностно зрелую маму!»

Список литературы

1. Берн, Э. «Что вы говорите после того, как сказали «привет», или психология человеческой судьбы / Э. Берн. — М. : Рипол Классик, 2004. — 416 с. — Текст : непосредственный.

2. Выготский, Л. С. Конкретная психология человека / Л. С. Выготский // Вестник МГУ. — 1986. — № 1. — С. 54–59. — Текст : непосредственный.

3. Орлов, А. Б. Психология личности и сущности человека: парадигмы, проекции, практики / А. Б. Орлов. — М. : Логос, 1995. — 214 с. — Текст : непосредственный.

4. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. — М. : Прогресс-универс, 1995. — 478 с. — Текст : непосредственный.

5. Ушинский, К. Д. Педагогические статьи 1857–1861 / К. Д. Ушинский // Собр. соч. в 11-ти т. — Т. 2. — М. : Изд-во Академии педагогических наук РСФСР, 1948. — 659 с. — Текст : непосредственный.

6. Цветкова, Н. И. Личностный анализ. 10 шагов для восстановления самооценности / Н. И. Цветкова. — Краснодар, 2023. — 256 с. — Текст : непосредственный.

7. Юнг, К. Г. О становлении личности / К. Г. Юнг // Райгородский Д. Я. Психология личности. — Т. 1. Хрестоматия. — Самара, ИД «БАХРАХ», 1999. — С. 128–147. — Текст : непосредственный.

References

1. Bern, E. «Chto vy govorite posle togo, kak skazali «privet». ili psikhologiya chelovecheskoy sudby / E. Bern. — M. : Ripol Klassik, 2004. — 416 s. — Tekst : neposredstvennyy.

2. Vygotskiy, L. S. Konkretnaya psikhologiya cheloveka / L. S. Vygotskiy // Vestnik MGU. — 1986. — № 1. — S. 54–59. — Tekst : neposredstvennyy.

3. Orlov, A. B. Psikhologiya lichnosti i sushchnosti cheloveka: paradigmy, proyeksii, praktiki / A. B. Orlov. — M. : Logos, 1995. — 214 s. — Tekst : neposredstvennyy.

4. Rodzhers, K. Vzglyad na psikhoterapiyu. Stanovleniye cheloveka / K. Rodzhers. — M. : Progress-univers, 1995. — 478 s. — Tekst : neposredstvennyy.

5. Ushinskiy, K. D. Pedagogicheskiye stati 1857–1861 / K. D. Ushinskiy // Sobr. soch. v 11-ti t. — T. 2. — M. : Izd-vo Akademii pedagogicheskikh nauk RSFSR, 1948. — 659 s. — Tekst : neposredstvennyy.

6. Tsvetkova, N. I. Lichnostnyy analiz. 10 shagov dlya vosstanovleniya samotsennosti / N. I. Tsvetkova. — Krasnodar, 2023. — 256 s. — Tekst : neposredstvennyy.

7. Yung, K. G. O stanovlenii lichnosti / K. G. Yung // Raygorodskiy D. Ya. Psikhologiya lichnosti. — T. 1. Khrestomatiya. — Samara, ID «BAKhRAKh», 1999. — S. 128–147. — Tekst : neposredstvennyy. 🌲

**АФОРИЗМ НОМЕРА**

Распознать, выявить, раскрыть, взлелеять, выпестовать в каждом ученике его неповторимо-индивидуальный талант — значит поднять личность на высокий уровень расцвета человеческого достоинства.

В. А. Сухомлинский