

Хусаинова Динара Рустамовна

магистрант

Казанский (Приволжский) Федеральный Университет

Аннотация: В статье рассматривается понятие «тревожность» детей старшего дошкольного возраста, различные направления по исследованию тревожности, виды тревожности и причины ее возникновения у детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: Тревожность детей дошкольного возраста, эмоциональное состояние, особенности развития, индивидуальные особенности.

Проблемы тревожности нашли отражение в работах педагогов и психологов, как в России, так и за рубежом (В. Н. Астапов, А.И. Захаров, А. М. Прихожан, В. Амен, К.Е. Изард, М. Ратгер, Ч.Д. Спилбергер, Дж. Тейлор, А. Фрейд и З. Фрейд, Б. Шелби, Э. Эриксон, К.Г. Юнг).

На сегодняшний день существует несколько направлений по исследованию тревожности:

- биохимические (Г.И. Акинщикова, Р.Я. Вовин, Э. Гельгорн, Дж. Лафборроу, В. Кеннон и др.);
- физиологические (Ю.А. Александровский, Б.А. Вяткин, Н.И. Наенко, В.Д. Небылицын, Т.А. Немчин, Ф.Б. Березин, Н.Д. Левитов, Р. Лазарь и др.);
- клинико-психологические (Ю. С. Бабахан, Б. С. Братусь, В. Н. Мясищев, Е. О. Федотова и др.);
- философско-психологические (С. Кьеркегор, Ж.-П. Сартр, П. Тиллих, В. Франки и др.);

- собственно психологические (Бакеев В.А., Прихожан А.М., Спилбергер Ч., Тейлор Дж., Ханин Ю.Л., Хорни К. и др.).

Рассмотрим психологическое направление. В психологии выделяются два основных типа тревожности, характерные для детей старшего дошкольного возраста: тревожность как состояние или ситуативная тревожность и тревожность как диспозиция или личностная [1]. В первом случае мы говорим об описании неприятного эмоционального состояния, связанного с ощущением напряжения, ожидания нездорового развития событий. Во втором случае тревожность воспринимается как переживание личной, собственной угрозы, высокая чувствительность к неудачам и ошибкам.

Кроме того, выделяются различные виды тревожности. Ситуативная тревожность представляет собой эмоциональное состояние, провоцируемое реально или возможно угрожающими ситуациями. Причиной возникновения такого типа тревожности у детей является какая-либо конкретная ситуация, которая вызывает беспокойство. Состояние спровоцировано ожиданием каких-либо неприятностей или потенциальных жизненных осложнений. Снижение данного типа тревожности часто считают отклонением от нормы, так как это говорит о том, что, попадая в серьезную ситуацию или в преддверии её возникновения человек склонен к проявлению равнодушия и безответственности, а это свидетельствует о наличии инфантильности и шаткости жизненной позиции.

Личностная тревожность, постоянная склонность индивида переживать состояние тревоги и воспринимать большой круг объективно безопасных обстоятельств как содержащих угрозу, то есть личностная тревожность – это личностное образование, которое отвечает за индивидуальные особенности протекания процесса тревожности, определяющего не только готовность испытывать личностную тревожность, но и составляющие состояния тревоги, а также формы поведения, с помощью которых эти состояния лишаются индивидуальных особенностей. Дошкольники, которые склонны к этому типу тревоги,

постоянно находятся в ослабленном состоянии, у них нередко отмечается плохое настроение, дети постоянно насторожены и испытывают большие трудности при установлении контактов с внешним миром, поскольку они воспринимают его как враждебный. Главная опасность личностной тревожности состоит в том, что она может фиксироваться в процессе формирования характера. В результате этого у старших дошкольников с задержкой психического развития может обнаруживаться заниженная самооценка и негативное восприятие окружающего их мира [2].

Развитие у детей тревожности может быть спровоцировано различными факторами:

- реальными событиями, которые оставили отпечаток у ребенка (развод родителей, смерть близких, потеря любимого питомца);
- тревожностью родителей, долгими переживаниями в связи с той или иной ситуацией;
- финансовыми и имущественными проблемами, если ребенок это явно замечает;
- конфликтной атмосферой в семье, которая сопровождается переманиваем детей от одного родителя к другому;
- разным, иногда противоречивым подходом к воспитанию со стороны родителей, бабушек и дедушек (взрослые не могут договориться и решают, как воспитывать ребенка и что с ним делать, непосредственно при нем);
- завышенными требованиями к ребенку, постоянным его сравнением с более успешными детьми, тем самым принижая своё ребенка, внушая ему чувство неуверенности;
- чрезмерной опекой, которая лишает детей самостоятельности и порождает страх остаться или решать вопросы самим;
- унижением детей, подчеркиванием их бесправности и зависимости от взрослых;
- сменой окружающей среды (переезд на новое место жительства, перевод в другой детский сад или школу);

– влиянием телепередач, порождающих чувство страха, опасности, возможности повторения экранных событий в жизни.

Таким образом, можно сделать вывод, что тревожность определяется как психологическое состояние повышенного беспокойства, эмоционального напряжения человека. Тревожность рассматривается в науке как основная реакция, а страх как выражение того же качества, но в объективной форме (на конкретном объекте), поэтому в дальнейшем страх будет рассматриваться в тесной связи с тревожностью.

Причины тревожности – значимый и спорный вопрос. В.И. Гарбузов, А. Маслоу, К. Хорни и другие главной причиной тревожности обозначали детско-родительские отношения.

Е.А. Савина так же причинами тревожности обозначала неблагоприятные взаимоотношения в семье и неправильное воспитание. Например, в первом случае, тревожность у ребенка может быть вызвана тем, что мать становится единым целым с ребенком. Всячески скрывает его от трудностей, неприятностей, привязывает ребенка к себе. Тогда ребёнок в ситуациях, когда рядом нет мамы, теряется, беспокоится, боится [3].

Вторым примером могут выступать ситуации жесткого контроля или завышенные требования. В этих вроде бы разных ситуациях ребенок боится не отступить от мнения взрослых, сделать не так, как они этого хотят.

А. М. Прихожан считала нарушение социального статуса причиной проявления тревожности [4]. В своих работах о тревожности она утверждала, что это некоторое переживание эмоционального дискомфорта, который связан с ожиданием чего- то плохого, неблагополучия, а также ожиданием опасности.

Одними из основных задач, которые стоят перед специалистами в процессе работы с детьми старшего дошкольного возраста имеющих повышенный уровень тревожности, является преодоление эмоционального дискомфорта у ребенка, повышение уровня его активности и самостоятельности [5].

Формы проведения коррекционных мероприятий разнообразны и позволяют выбрать наиболее подходящий подход к каждому конкретному случаю. Они учитывают индивидуальные особенности и потребности каждого участника, а также создают условия для максимально эффективной работы над исправлением отклонений и достижения оптимального уровня развития.

Достаточно популярными и проверенными методами коррекции являются: песочная терапия, игротерапия, куклотерапия, арт-терапия, танцетерапия, сказкотерапия и многие другие.

Список литературы:

1. Практическая психология: Учебно–методическое пособие./Под. Ред. доктора психологических наук, профессора С. В. Кондратьевой. – 2019. – 212с.
2. Сосновский, Б. А. Общая психология : учебник для вузов / Б. А. Сосновский, О. Н. Молчанова, Э. Д. Телегина ; под редакцией Б. А. Сосновского. – 3–е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2023. – 342 с.
3. Савина, Е.А. Введение в психологию: курс лекций / Е. А. Савина; Моск. гос. пед. ун–т. – М.: Прометей, 1998. – 247 с
4. Прихожан, А.М. Психологический справочник, или как обрести уверенность в себе: Кн. для учащихся/А.М. Прихожан – М.: Просвещение, 2018 – 191с.
5. Словарь / Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2–е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 2020 – 494с.