

**Мустяца Ирина Евгеньевна,
МДОУ детский сад №2, г. Ржев,
e-mail:kojurinstanislav@mail.ru**

ОСОБЕННОСТЬ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ И СПЕЦИФИКА ДЕТСКИХ СТРАХОВ В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ .

Ключевые слова: тревожность, эмоциональная неустойчивость, воспитание, многофункциональность эмоциональной сферы, социально-психологическая изоляция.

В настоящее время увеличилось количество тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Это связано с условием воспитания, особенностями социальной среды, в которой проживает ребенок. В жизни ребенка окружающий его мир полон всевозможных тревог и страха. Эти переживания могут возникать у детей в незнакомом пространстве, или даже в собственной комнате, когда в ней становится темно. Причины, по которым у дошкольников могут возникать страх и тревожность, довольно разнообразны и могут быть связаны как с эмоциональным состоянием детей, так и с особенностями развития личности ребенка[2].

Детство - это период, когда закладываются фундаментальные качества личности, обеспечивающие психологическую устойчивость, позитивные нравственные ориентации на людей, жизнеспособность и целеустремленность. Эти духовные качества личности не развиваются спонтанно, а формируются в условиях выраженной родительской любви, когда семья создает у ребенка потребность быть признанным, способность сопереживать и радоваться другим людям, нести ответственность за себя и других, стремление научиться многому.

Детские страхи и тревоги, если к ним правильно относиться и понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Если же они сохраняются длительное время в поведении ребенка, то это служит признаком психологического неблагополучия. И от того, смогут ли родители, психологи и педагоги выявить и своевременно определить причину возникновения страха и тревоги, оказать психологическую помощь в их преодолении, и будет зависеть в целом дальнейшее психическое развитие дошкольника и в целом его психическое здоровье.

Проблема определяется ростом негативных эмоционально-личностных проявлений у детей младшего школьного возраста, на которые указывают многочисленные авторы (А. И. Захаров, Г. А. Шалимова и многие др.). В исследованиях Л. С. Выготского, В. Вилюнаса, Е.П. Ильина, К.Э. Изарда, З.Фрейда и мн. др. подчеркивается многогранность, многовариативность, многофункциональность эмоциональной сферы, ее значимость для

полноценного развития личности.

На фоне эмоциональной неустойчивости легко возникают поведенческие и личностные отклонения, обуславливающие низкую социальную ориентировку детей, их социальную беспомощность, неэффективные способы поведения и общения со сверстниками, взрослыми, нарушения различных видов деятельности: игровой, трудовой, учебной. Ребенок начинает сомневаться в себе, в своих способностях и силах.

Тревожность – это склонность индивида к переживанию эмоционального дискомфорта, связанная с ожиданием неблагоприятного, с предчувствием грядущей опасности [4].

Тревожность в дошкольном возрасте отмечается у эмоционально чувствительных детей как отражение особенностей их психического и личностного развития. Она не связана с какой-либо определенной ситуацией и проявляется почти всегда. Это состояние сопутствует человеку в любом виде деятельности. Когда же человек боится чего-то конкретного, мы в этом случае говорим о проявлении страха. *Страх и тревога чрезвычайно схожи*, поэтому на определенном этапе развития психологической науки понятия "страх" и "тревога" были синонимами. В философских высказываниях П. Тиллиха содержится мысль о том, что страх и тревога неразделимы, связаны друг с другом: "Жало страха - тревога, а тревога стремится стать страхом"[1]. Как отмечает А.И. Захаров, в обоих понятиях отражается восприятие угрозы или отсутствие чувства безопасности. В своей работе учёный выстраивает цепочку эмоциональных переживаний, возникающих в ситуации опасности и различающихся по степени выраженности: "*ужас - испуг - страх - тревога - опасение - беспокойство - волнение*"[4]. В данной цепочке тревога и страх имеют общий эмоциональный компонент, объединяющее начало - *чувство беспокойства и волнения* и общее завершение, крайнюю степень или апофеоз - *ужас*.

Однако, несмотря на некоторое сходство, страх и тревогу следует различать. Ребенок, находящийся в состоянии безотчетного и неопределенного беспокойства, - ощущает тревогу, а ребенок, боящийся определенных объектов, людей, событий или мыслей, - испытывает страх. Многие исследователи пытались развести содержание этих понятий.

Основные причины возникновения тревожности детей и возникновение страхов у детей дошкольного возраста обозначили А.И.Захаров и А.М.Прихожан, также анализ работ отечественных ученых позволил выделить в семейных отношениях дошкольников источники тревожности. Какова же этиология тревожности? Известно, что предпосылкой возникновения тревожности является повышенная чувствительность (сензитивность). Однако не каждый ребенок с повышенной чувствительностью становится тревожным. Многое зависит от способов оценивания родителей с ребенком. Иногда они могут способствовать развитию тревожной личности. Например, высока вероятность воспитания тревожного ребенка родителями, осуществляющими воспитание по

типу гиперпротекции (чрезмерная забота, мелочный контроль, большое количество ограничений и запретов, постоянное одергивание).

В этом случае общение взрослого с ребенком носит авторитарный характер, ребенок теряет уверенность в себе и в своих собственных силах, он постоянно боится отрицательной оценки, начинает беспокоиться, что он делает что-нибудь не так, т.е. испытывает чувство тревоги, которое может закрепиться и перерасти в стабильное личностное образование — тревожность. Воспитание по типу гиперопеки может сочетаться с симбиотическим, т.е. крайне близкими отношениями ребенка с одним из родителей, обычно с матерью. В этом случае общение взрослого с ребенком может быть как авторитарным, так и демократичным (взрослый не диктует ребенку свои требования, а советуется с ним, интересуется его мнением). К установлению подобных отношений с ребенком склонны родители с определенными характерологическими особенностями - тревожные, мнительные, неуверенные в себе. Установив тесный эмоциональный контакт с ребенком, такой родитель заражает своими страхами сына или дочь, т.е. способствует формированию тревожности[1]. Тревожность как определенный эмоциональный настрой с преобладанием чувства беспокойства и боязни сделать что-либо не то, не так, не соответствовать общепринятым требованиям и нормам развивается ближе к 7 и особенно 8 годам при большом количестве неразрешимых и идущих из более раннего возраста страхов[5]. Главным источником тревог для дошкольников и младших школьников оказывается семья. В дальнейшем, уже для подростков такая роль семьи значительно уменьшается; зато вдвое возрастает роль школы. Замечено, что интенсивность переживания тревоги, уровень тревожности у мальчиков и девочек различны. В дошкольном и младшем школьном возрасте мальчики более тревожны, чем девочки.

Отрицательные последствия тревожности выражаются в том что, не влияя в целом на интеллектуальное развитие, высокая степень тревожности может отрицательно сказаться на формировании дивергентного (т.е. креативного, творческого) мышления, для которого естественны такие личностные черты, как отсутствие страха перед новым, неизвестным[3]. Тем не менее у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста тревожность еще не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий[6], а также можно существенно снизить тревожность ребенка, если педагоги и родители, воспитывающие его, будут соблюдать нужные рекомендации.

В настоящее время существуют исследования, показывающие, что тревога, зарождаясь у ребенка уже в 7-месячном возрасте, при неблагоприятном течении обстоятельств в старшем дошкольном возрасте становится тревожностью - то есть устойчивым свойством личности. Среди родительских позиций, наиболее неблагоприятных для возникновения страхов и тревожности у детей, следует назвать: тесный симбиоз, гиперпротекция, отвержение или игнорирование, завышенные и непоследовательные требования. Условно все причины, способствующие возникновению страхов и тревожности у детей

можно разделить на: биологические, социально-психологические, политико-экономические и социально-культурные.

Последствия или, по выражению А.И. Захарова "эхо" страхов и тревожности для детского развития чрезвычайно разнообразны, и, как правило, нет ни одной психической функции, которая не претерпела бы изменения под их влиянием[4]. Повышенная тревожность влияет на *все сферы психики* ребенка: аффективно-эмоциональную, коммуникативную, морально-волевою, мотивационную, когнитивную[3].

Под воздействием тревожных переживаний и страха страдает, в первую очередь, *эмоциональная сфера*. Повышенная тревожность и страхи отражаются на всех чувствах негативной окраской и становятся тормозящими факторами для развития остальных положительных эмоций. Эмоциональную сферу, охваченного страхом ребенка, характеризует эмоциональная вялость, эмоциональное перенапряжение, общая эмоциональная заторможенность и раздражительная слабость, импульсивные действия и тревожно-пессимистическая оценка будущего. Страх и тревога преобладают над поведением ребёнка, тревожные дошкольники испытывают трудности в социальной адаптации, а психические изменения, возникающие под влиянием страха, могут приводить к развитию труднопереносимой *социально-психологической изоляции* [1].

Повышенная тревожность и многообразие страхов, по мнению Л.С. Акопян, А.И. Захарова, К. Изарда, А.О. Прохорова, заметно влияют на развитие познавательных процессов. Эмоции тревоги и страха могут также оказывать избирательное влияние на содержание процессов воображения детей. Многообразие страхов и повышенная тревожность затрудняют эмоциональное и познавательное развитие ребенка, изменяют его поведение и ограничивают возможности самореализации и социальной адаптации.

Литература

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учебник для студентов вузов.- М.:

Академический Проект, 2001.- с.23.

2. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте.- М.,2000.- с.79
3. Выготский Л. С. Педология подростка. Собр. сочинений. Т. 4. М.Педагогика, 2001. -с. 5—242.
4. Захаров А. И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка: 3-е изд., испр – СПб: Союз, 1997. -224с.
5. Лисина М.И. Влияние отношений с близкими взрослыми на развитие ребёнка раннего возраста – Вопр. психологии,2006,№3,с.117-124.
6. Мухина В.С. Детская психология: [Учеб. Для пед. ин-тов] / Под ред.