

Консультация для родителей

«Тревожность, причины возникновения и ее проявления у старших дошкольников»

Подготовила:

воспитатель Бабушкина Н.И.

Понятие «тревожность» определяется как «переживание эмоционального дискомфорта, которое связано с ожиданием неблагоприятия, с предчувствием грядущей опасности». При этом можно различать «тревожность» как сиюминутное эмоциональное состояние и «тревожность» как устойчивое свойство личности, характерную черту человека.

Дошкольный возраст – это время, в которое происходит формирование психического и физического здоровья будущего взрослого человека и это возраст наибольшей выраженности страхов и переживаний детей, что объясняется умением ребенка оценить и понять опасности. Именно в этот период происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, приобретаются привычки, представления, черты характера. [9].

При формировании тревожности у детей большую роль играет инстинкт самосохранения. Поэтому ребенок пугается при непонятном звуке, боится неизвестных предметов, чужих людей и даже собственных родителей, когда они предстают перед ним в новом обличье. [7]

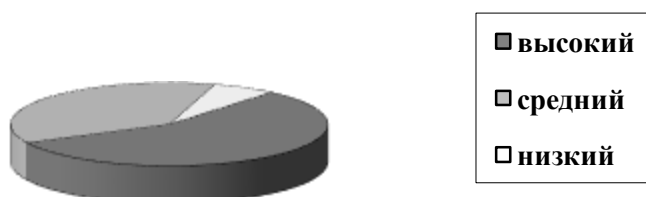
Люди, переживающие тревогу, ощущают постоянные беспричинные волнения. Они часто задают себе вопрос: "А вдруг что-нибудь случится?" Именно поэтому происходит дезорганизация любой деятельности (особенно значимой), что, в свою очередь, в последствии может привести к низкой самооценке, неуверенности в себя ("Я же ничего не мог!")» [6]. Все что характерно для тревожных взрослых, можно отнести и к тревожным детям. Обычно, такие дети неуверенные в себе, обладают шаткой самооценкой,

безынициативно. Такие дети стараются не обращать на себя внимание взрослых, стараются точно выполнять требования родителей и воспитателей - не нарушают дисциплину, убирают за собой игрушки. Таких детей называют скромными, застенчивыми. Однако их примерность, аккуратность, дисциплинированность носят защитный характер - ребенок делает все, чтобы избежать неудачи [5].

Причина повышенной тревоги детей кроется в его взаимоотношениях и способах общения с родителями. Например, высока вероятность воспитания тревожного ребенка родителями, осуществляющими воспитание по типу гиперопеки (чрезмерная забота, мелочный контроль, большое количество ограничений и запретов, постоянное одергивание)» [7].

Известный психолог А.М. Прихожан [7] считает, что именно взрослые способствуют формированию и усилению в ребенке чувства тревожности. Завышенные требования со стороны родителей и значимых взрослых, частые упреки, формирование чувства вины ("Ты так плохо вел себя, что у мамы заболела голова", "Из-за твоего поведения мы с мамой часто ссоримся") все это способствует формированию тревожности у дошкольников. Малыш постоянно боится расстроить родителя, оказаться в чем-нибудь виноватым, сделать неправильно. Еще одной причиной тревожных состояний детей может выступать эмоциональная холодность и сдержанность родителей, частые предостережения, акцентирование внимания на опасностях и своих собственных тревогах. [7] В семьях, где дети воспитываются в излишней строгости, так же можно наблюдать у детей повышенную тревожность. Однако это происходит только в отношении родителей того же пола, что и ребенок, т. е., чем больше запрещает мать дочери или отец сыну, тем больше вероятность появления у них повышенной тревожности. Часто, не задумываясь, родители внушают детям тревожность своими никогда не реализуемыми угрозами вроде: "Заберет тебя дядя в мешок", "Уеду от тебя" и т. д. [5]

Исследования уровня тревожности детей в дошкольном возрасте показывают следующие результаты, представленные на рисунке.



Выраженность уровней тревожности в старшем дошкольном возрасте(%)

Анализируя данные на рисунке, можно сделать вывод, что 56,5% старших дошкольников имеют высокий уровень тревожности. Эти дети застенчивы, стремятся находиться в тени, им постоянно необходимы поддержка и опека для того, чтобы сориентироваться и принять какое-либо решение. Средний уровень тревожности наблюдается у 37% детей. Эти дети недостаточно инициативны, часто они могут бросать начатое дело, так как цель кажется им недостижимой. Возможны так же проблемы, связанные с возможностью реализации своих потребностей в успехе. И лишь малая доля детей (6,5%) имеют низкий уровень тревожности. Эти дети уверены в себе, хорошо социализированы и, как правило, успешны в игре.

Чаще всего дошкольники испытывают чувство тревоги при взаимоотношения со сверстниками (59%) и в детско-родительских отношениях (51%). Еще одной ситуацией, вызывающей повышенную тревожность у детей являются ситуации, связанные с возможными наказаниями (62%).

Таким образом, можно сделать вывод о том, что для детей старшего дошкольного возраста характерна повышенная тревожность при взаимоотношениях с родителями и сверстниками, так же присутствует страх наказания.

Список используемых источников

1. Авдеева Н.Н. Влияние стиля детско-родительских отношений на возникновение страхов у детей [Текст] // Н.Н. Авдеева, Ю.А.Кочетова- Психологическая наука и образование. 2008. -189 с.
2. Карабанова О.А. Социальная ситуация развития ребенка (структура, динамика, принципы коррекции) [Текст]: Дисс. ... д-ра психол. Наук/О.С.Карабанова. М.: МГУ, 2002. 379 с.
3. Корепанова, М. В. Теория и практика становления и развития образа «Я» дошкольника [Текст]: монография / М. В. Корепанова. — Волгоград, 2001. — 240 с.
4. Кравцова Е. Е. Неклассическая психология Л.С. Выготского [Текст] / Е.Е.Кравцова// Национальный психологический журнал-2012.-№ 1(7)-66 с.
5. Л.И. Божович Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л.И.Божович - СПб: Питер, 2009. - 398 с.
6. Практикум детского психолога [Текст] / по ред. Широкова Г.А, Жадько Е.Г. - Ростов н/Д.: Феникс; 2005. - 320 с.
7. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст [Текст] / А.М. Прихожан. – СПб.: Питер, 2007. – 192с.
8. Программа по коррекции страхов: Журнал Психологический вестник ДОУ – 2020 [Электронный источник] — URL: <http://www.psixologicheskoezerkalo.ru/programma-po-korrekcii-strahov.html>
9. Чернобровкина С.В., Гусарова В.В. Воображение как фактор проявлений тревожности и страхов у дошкольников в// ОмГУ. 2016. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/voobrazhenie-kak-faktor-proyavleniy-trevozhnosti-i-strahov-u-doshkolnikov>.
10. Якобсон, С. Дошкольник. Психология и педагогика возраста [Текст] / С. Якобсон, Е. Соловьева. — М.: ДРОФА, 2006. – 176 с., ил. портрет