

Причины возникновения и особенности проявления тревожности у детей дошкольного возраста

Многими учеными указывается в своих научных воззрениях на влияние отношений в семье и уровень тревожности у дошкольников, лишь некоторые указывают на предрасположенность к этому состоянию. Например, по мнению Е.К. Лютовой и Г.Б. Мониной, тревожность развивается у детей тогда, когда у них имеется внутренний конфликт, провоцируемый завышенными требованиями взрослых, их желание поставить ребенка в зависимое от себя положение, отсутствие единой системы требований, наличием тревожности у самих взрослых. Тревожные дети испытывают страх перед новой обстановкой и чужими людьми. Для таких детей характера скудная игровая деятельность, отсутствие желания обратить на себя внимание, они застенчивые, не вступают в конфликты со сверстниками, играть предпочитают в одиночку.

Исследования В. Никитиной показали, что более большинство детей испытывают высокую тревожность в старшем дошкольном возрасте.

Причины тревожности можно разделить на 2 группы:

биологические, связанные с типом нервной системы и **социальные**, детерминированные детско-родительскими отношениями. Необходимо отметить, что более тревожными в дошкольном возрасте являются мальчики. Исследования детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста показывают, что в дошкольном и младшем школьном возрасте более тревожны мальчики, а после 12 лет девочки. При этом девочки больше волнуются по поводу взаимоотношений с другими людьми, а мальчиков в большей степени беспокоят реакция на результат деятельности и наказание.

Тревожность у детей увеличивается, если взрослые не удовлетворены своей работой, плохие жилищные условия, финансовое положение, личные отношения не важные. Авторитарный стиль воспитания тоже не способствует эмоциональному благополучию ребенка: во-первых, это рост неуверенности и низкой самооценки; во-вторых, что появление страха ошибиться и сделать что-то неправильно.

Следует отметить, что существует "**группа риска**" детей, имеющих тревожность.

Е. Волкова, Н. Мишина относят к "группе риска" детей:

- родовая травма сопровождается гипоксией I и II степени, который был на учете у невропатолога в течение первого года жизни с диагнозом ММД (минимальная мозговая дисфункция);
- дети из неполных семей с наследственными формами алкоголизма, наркомании, психические заболевания;
- дети из семей с сугубо авторитарным и жестоким стилем воспитания;
- дети матерей, которые проявляют повышенную тревожность (hyperoperation из семей со стилем воспитания).

Обычно это очень не уверенные в себе дети, с неустойчивой самооценкой. Они постоянно испытывают чувство страха перед неизвестным, это приводит к тому, что они редко проявляют инициативу. Быть послушным, я предпочитаю не привлекать к себе внимание окружающих, веду себя примерно и дома, и в детском саду, стараются точно выполнить требования родителей и педагогов, не нарушают дисциплину, убирают за собой игрушки. Таких детей называют скромными, застенчивыми. Однако, их примерности, пунктуальность, дисциплинированность носят защитный характер - ребенок делает все, чтобы избежать неудачи.

Известно, что предпосылкой возникновения тревожности является и повышенная чувствительность. Но многое зависит от способов общения родителей с ребенком. Иногда они могут способствовать развитию тревожной личности. Например, высокая вероятность тревожных детей, где воспитанием ребенка родители занимаются воспитанием по типу гиперопеки. В этом случае общение взрослого с ребенком носит авторитарный характер, ребенок теряет уверенность в собственных силах, он постоянно боится отрицательной оценки, начинает беспокоиться, что он делает что-то не так, т. е. испытывает чувство тревоги, которое может закрепиться и перерасти в стабильное формирование личности - тревожность.

Воспитание по типу с гиперопеки, может сочетаться с симбиотическим, то есть крайне близкими отношениями ребенка с одним из родителей, обычно мать. В этом случае, взрослый, говоря с ребенком может быть как авторитарным, так и демократичным (взрослый не диктует ребенку свои требования, и советовался с ним, спрашивал его мнение).

Например, существует зависимость между количеством страхов у детей и родителей, особенно матерей. В большинстве случаев страхи, испытываемые детьми, были присущи матерям в детстве или сейчас появляются. Мать,

будучи в беспокойстве, невольно пытаюсь защитить психику ребенка от событий, так или иначе напоминающих о ее страхах. Также путем передачи беспокойства служит забота матери о ребенке, состоящая из одних предчувствий, опасений и тревог.

Укреплению детской тревожности могут способствовать такие факторы, как завышенные требования со стороны родителей и воспитателей, так как они вызывают ситуацию хронической нехватки успеха.

Еще один фактор, способствующий формированию тревожности - частые упреки, вызывающие чувство вины ("ты так плохо вел себя, что у мамы болит голова", "из-за твоего поведения мы с мамой часто ссоримся"). В этом случае ребенок постоянно боится оказаться виноватым перед родителями. Часто причиной большого числа страхов у детей является и сдержанность родителей в выражении чувств при наличии многочисленных предостережений, опасностей и тревог. Излишняя строгость родителей также способствует появлению страхов. Часто, не задумываясь, родители внушают детям страхи никогда не реализуются их угрозы типа "вас отведу дядя в большой мешок", "брошу тебя" и т. д.

Помимо перечисленных факторов, страхи возникают в результате фиксации в сильной эмоциональной памяти страх перед всем, что олицетворяет опасность или представляет непосредственную угрозу для жизни, включая нападение, несчастный случай, операцию или тяжелую болезнь. Неуверенность порождает тревожность и нерешительность, а они, в свою очередь, формирует соответствующий характер.

Отрицательные последствия тревожности выражаются в том, что, не влияя в целом на интеллектуальное развитие, высокая степень тревожности может отрицательно сказаться на формировании творческого мышления, для которого природные черты личности, такие, как отсутствие страха перед новым и неизвестным. Тем не менее, у детей старшего дошкольного возраста тревожность еще не является устойчивой чертой. Можно существенно снизить тревожность ребенка, если педагоги и родители, воспитывающие его, будут должны следовать рекомендациям.

Итак, **тревожность ребенка во многом зависит** и от уровня тревожности окружающих его взрослых: высокая тревожность педагога или родителя передается ему; в семьях с доброжелательными отношениями дети менее тревожны, чем в семьях, где часто возникают конфликты. Именно в дошкольном возрасте происходит становление личности, поэтому в этот

период тревожность может приобрести более высокий уровень. Для тревожных детей характерны и соматические проблемы: боли в животе, головокружения, головные боли, спазмы в горле, затруднение, поверхностное дыхание и др. Могут также появляться конфликты как внутренние, так и внешние, особенно это может повлиять на отношения со своим окружением.