

*Кабаник А.В. Изучение проявлений тревожности у детей старшего дошкольного возраста // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2017. – № 05 (май). – АРТ 123-эл. – 0,2 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>*

**РУБРИКА: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

159.9

**Кабаник Анастасия Владимировна**

3курс, ЗО, факультет психологии

e mail: svetaky777@mail.ru

Научный руководитель:

Шелиспанская Эллада Владимировна

кандидат педагогических наук, доцент

ФГБОУ ВО «ТГПУ им Л.Н.Толстого»

shel.ell@inbox.ru

**ИЗУЧЕНИЕ ПРОЯВЛЕНИЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ  
СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*Аннотация:* В данной статье представлен обзор проблемы проявлений тревожности у детей старшего дошкольного возраста, приводятся причины ее возникновения. Приведен обзор исследования проявлений тревожности у дошкольников.

*Ключевые слова:* тревожность, детская тревожность, причины тревожности у детей, уровень тревожности.

**Kabanik Anastasiya Vladimirovna**

3kurs, ZO, Department of psychology

Supervisor : Shelispanskaya Ellada Vladimirovna

candidate of pedagogical science, Assistant Professor

FGBOU VO TSPU «TSPU Leo Tolstoy»

shel.ell@inbox.ru

**STUDY OF MANIFESTATIONS OF ANXIETY IN CHILDREN  
UNDER SCHOOL AGE**

*Abstract:* this article provides an overview of the problem of manifestations of anxiety in children of preschool age, give reasons for its occurrence. Provides an overview of the study of manifestations of anxiety in preschoolers.

*Keywords:* anxiety, children's anxiety, causes anxiety in children, anxiety level.

В настоящее время большое число исследований указывают, на увеличение количества детей в старшем дошкольном возрасте, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью, тревожностью [1]. Зачастую такая ситуация обусловлена трудностями принятия ребенком на себя новой социальной роли, при переходе из детского сада в школу, проблемами адаптации к школе, формированием предпосылок освоению учебной деятельности. Закрепление и усиление тревожности в этом возрасте происходит по механизму "замкнутого круга". Это происходит следующим образом, тревожные дети чаще всего входят в число наименее популярных детей группы, так как они часто неуверенны в себе, замкнуты, малообщительны, или наоборот, слишком общительны, назойливы.

Причиной непопулярности часто является их безынициативность из-за неуверенности в себе, эти дети скорее не могут быть лидерами в межличностных взаимоотношениях. Итогом такой безынициативности тревожных детей является и то, что у других детей появляется стремление доминировать над ними, что ведет к еще большему снижению эмоционального фона тревожного ребенка, к тенденции избегать общения, возникают внутренние конфликты, связанные со сферой общения, усиливается неуверенность в себе.

Тревожные дети отличаются частыми проявлениями беспокойства и тревоги, а также большим количеством страхов, причем страхи и тревога возникают в тех ситуациях, в которых ребенку, казалось бы, ничего не грозит. Тревожные дети отличаются особой чувствительностью. Кроме того, многие дети в подготовительной группе детского сада в период подготовки к школьному обучению начинают испытывать тревожное состояние, эмоциональную напряженность, становятся беспокойными или наоборот, замкнутыми, плаксивыми [4].

В то же время, в результате отсутствия благоприятных взаимоотношений со сверстниками появляется состояние напряженности и тревожности, которые и создают либо чувство неполноценности и подавленности, либо агрессивности. Все это, в конечном итоге, ведет к накоплению и углублению отрицательного эмоционального опыта ребенка, который, порождает негативные прогностические оценки и во многом определяет модальность актуальных переживаний, способствует увеличению и сохранению тревожности.

Анализ исследований различных авторов позволяет рассматривать факторы проявления детской тревожности как, с одной стороны врожденную, психодинамическую характеристику (А.И. Захаров, Н.Д.

Левитов) и, с другой стороны, как условие и результат социализации (Н.В. Имедадзе, А.М. Прихожан, К. Хорни). Таким образом, причины тревожности раскрываются как в природных, так и в социальных факторах развития психики ребенка.

Некоторые авторы, указывают, что возникновение и закрепление тревожности напрямую связано с неудовлетворением возрастных потребностей ребенка. Так, Б.И. Кочубей и Е.В. Новикова полагают, что тревожность развивается из-за наличия у ребенка некоего внутреннего конфликта, причинами которого могут быть: противоречивые требования, которые предъявляются родителями и детским садом; неадекватные, зачастую завышенные требования родителей к ребенку; негативно озвученные требования, унижающие ребенка, которые ставят его в зависимое положение [3].

Изучение тревожности дошкольников чрезвычайно важно в связи с проблемой эмоционально-личностного развития детей, сохранением их здоровья. Исследование посвящено изучению причин формирования и следствий тревожности у детей дошкольного возраста.

Для проведения экспериментального исследования проявлений тревожности у детей старшего дошкольного возраста нами выбрали методики диагностики проявлений тревожности: методика «Паровозик» Велиевой С.В., критерии определения тревожности у ребенка П. Бейкер, М. Алворд, тест тревожности Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки, анкета для родителей "Выявление тревожного ребенка" Лютова Е. К., Моница Г. Б.

Сопоставляя данные всех проведенных методик, получаем, что более половины детей исследуемой группы (58%) проявления тревожности отсутствуют или малозаметны. У трети испытуемых (34%) присутствуют некоторые проявления тревожности, и лишь несколько детей (8%)

подвержены сильному проявлению тревожности. Необходима работа психолога на снятие проявлений тревожности у дошкольников, организации эмоционально-положительного отношения к тревожным детям, создание спокойной, дружелюбной обстановки в группе, вовлечение детей в процесс общения таким образом, чтобы они сами могли дозировать степень его в нем участия, отсутствие негативных оценок со стороны педагога – это заметно снижает уровень тревожности у детей.

Проанализировав литературные источники по проблеме проявлений тревожности у старших дошкольников, можно сделать вывод, что главной причиной возникновения тревожности у дошкольников считаются неправильное воспитание и неблагоприятные отношения ребенка с родителями, особенно с матерью. Воспитание, основанное на завышенных требованиях, с которыми ребенок не в силах справиться или справляется с трудом, также отмечается как одна из причин возникновения тревожности.

Необходима работа психолога направленная на коррекцию проявлений тревожности у дошкольников, организации эмоционально-положительного отношения к тревожным детям, создание спокойной, дружелюбной обстановки в группе. Нами была разработана коррекционная программа, направленная на снятие неблагоприятных психических состояний у дошкольников. Были подобраны игры, которые способствуют снятию проявлений тревожности у детей [6].

Программа состояла из информационного этапа и коррекционного, в него входило чтение сказок, сочинение историй, дыхательные упражнения, мышечная релаксация, двигательные игры, настольные игры, игры с конструктором и строительным материалом, словесные игры и упражнения, графические игры и упражнения. Эти занятия помогают повышать самооценку ребенка, развивают умения управлять своим поведением, а

также оптимизировать эмоциональное состояние, необходимое для снятия проявлений тревожности у дошкольников.

**Список использованной литературы:**

1. Андреева А. Психологическая поддержка ребенка. // Воспитание школьников. - 2010. № 3.
2. Костина, Л. М. Игровая терапия с тревожными детьми [текст] / Л. М. Костина - СПб.: Издательство «Речь», 2003. -160 с.
3. Кочубей, Б., Новикова, Е. Ярлыки для тревожности / Б.Кочубей, Е.Новикова //Семья и школа. - 2002. - №9.
4. Подолечук О.В., Шелиспанская Э.В. Использование методов изотерапии для преодоления конфликтных ситуаций в семье дошкольника. Мир педагогики и психологии. 2016. № 5. С. 103-106.
5. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. — М.: Моск. психолого-соц. ин-т; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЕК», 2010. — 304с.
6. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. [Текст] / Е.И. Рогов - М.: ВЛАДОС, - 2004. – 384 с.

*Дата поступления в редакцию: 25.05.2017 г.*

*Опубликовано: 27.05.2017 г.*

*© Академия педагогических идей «Новация». Серия «Студенческий научный вестник», электронный журнал, 2017*

*© Кабаник А.В., 2017*

**Всероссийское СМИ**

**«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»**

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

**Сайт:** [akademnova.ru](http://akademnova.ru)

**e-mail:** [akademnova@mail.ru](mailto:akademnova@mail.ru)