

4. Джонг-Гирвельд Д., Раадшелдерс Д. Типы одиночества // Лабиринты одиночества / пер. с англ.; сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. М.: Прогресс, 1989. С. 301–319.

5. Климентьева Е. Н. Одиночество как социальная проблема современной России // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 1: Регионоведение: философия, история, социология, юриспруденция, политология, культурология. 2009. № 3. С. 97–101.

6. Корчагина С. Г. Генезис, виды и проявления одиночества. М., 2005

7. Луганская Д. А. Сто причин одиночества // Время новостей. 2010. № 24 (12 февр.).

8. Роджерс К. Консультирование и психотерапия: Новейшие подходы в области практической работы. М., 2008.

УДК 159.94

*Н. Л. Оганесова (Краснодар, Россия)
Кубанский государственный университет*

Понятие тревожности и ее проявления у детей старшего дошкольного возраста

В статье рассматривается проблема взаимосвязи самооценки и тревожности у детей старшего дошкольного возраста, обусловленной той ролью, которую эти психические явления играют в процессе развития личности старшего дошкольника. Регулятором психического развития в дошкольном детстве являются эмоции, господствующие над всеми сторонами жизни ребенка. Наиболее распространенным явлением в дошкольном возрасте является повышенная тревожность и ее влияние на самооценку.

Ключевые слова: эмоции, чувства, эмоциональная саморегуляция, антиципация, энурез, гиперопека, гиперпротекция

Эмоции являются первым звеном в общей цепи приспособительных процессов и быстрее всего реагируют на любые воздействия окружающей среды. К наиболее распространенным феноменам в эмоциональной жизни современного человека относится тревожность.

Эмоциональная сфера ребенка становилась предметом изучения многих известных отечественных и зарубежных исследователей (Л. С. Выготский, А. В. Запорожец, В. С. Мухина, Р. С. Немов, А. И. Захаров, В. М. Астапов, В. В. Лебединский, М. К. Бардышевская и др.). Практически все авторы сходятся в том, что ранний и дошкольный периоды являются сензитивными в отношении развития эмоциональной сферы индивида. В этот период жизни эмоции господствуют над всеми сторонами жизни ребенка, направляют его познава-

тельную активность. Также в этом возрасте созревают основные психологические механизмы эмоциональной саморегуляции. Особую роль в развитии эмоциональной сферы ребенка играет старший дошкольный возраст, к завершению которого у нормально развивающегося ребенка появляется антиципация (предвосхищение) тех или иных эмоций, что оказывает существенное влияние на мотивацию поведения и деятельности [8]. Чувства, как стабилизирующие переживания отношения к окружающим и к самому себе, начинают выполнять функции регулятора поведения, становятся мотивами действий и поступков, реализуются возможности эмоционального предвосхищения результатов своего поведения. В старшем дошкольном возрасте изменяется содержание чувств и происходит их дальнейшее развитие в плане все большей осознанности, сдержанности, устойчивости [3]. Шестилетний ребенок, в отличие от двухлетнего, уже может не показать страх или слезы. Он научается не только в значительной степени управлять выражением своих чувств, облекать их в культурно принятую форму, но и осознанно пользоваться ими, информируя окружающих о своих переживаниях, воздействуя на них [3].

Вместе с тем эмоции ребенка старшего дошкольного возраста еще ситуативны и неустойчивы, возможности осознания им своих чувств и понимания чужих чувств ограничены. Дошкольники все еще остаются непосредственными и импульсивными. Эмоции, которые они испытывают, легко прочитываются на лице, в позе, жестах, во всем поведении.

Так, в большинстве случаев доброжелательный или недоброжелательный стиль общения с людьми передается и ребенку. На проявление эмоций и чувств большое влияние оказывают специфика детско-родительских отношений и стиль воспитания в семье [2]. Дисгармоничные внутрисемейные отношения, неблагоприятный психологический климат в семье и неадекватные стили родительского воспитания являются наиболее частыми причинами нервно-психических расстройств у дошкольников [6]. При этом, как свидетельствуют исследования, наиболее распространенным явлением у дошкольников является тревожность (И. В. Дубровина, В. И. Гарбузов, А. И. Захаров, Е. Б. Ковалева и др.).

Тревожные дети испытывают повышенную ответственность за все происходящее, они склонны винить себя во всех неприятностях, случающихся с их близкими.

Возможен вариант, когда ребенок находит психологическую защиту, уходя в мир фантазий. В фантазиях ребенок разрешает свои неразрешимые конфликты, в мечтах находят удовлетворение его невоплощенные потребности. Происходит отрыв от реальности в самом содержании тревожных фантазий, которые не имеют ничего общего с фактическими возможностями и способностями, перспективами развития ребенка. Такие дети мечтают вовсе не о том, к чему действительно у них лежит душа, в чем они на самом деле могли бы проявить себя [8].

Е. Козлова [4] условно выделяет несколько групп тревожных детей:

– «*Невротики*» – дети с соматическими проявлениями (тики, энурез, заикание и т. д.).

– «*Расторможенные*» – активные, эмоционально возбудимые дети с глубоко спрятанными страхами. Они могут стать нарушителями дисциплины, специально изображать из себя посмешище и т. д. Создается ощущение, что повышенной активностью они пытаются заглушить страх. У них возможны легкие органические нарушения, которые мешают успешному усвоению нового материала в садике, а затем в школе (проблемы с памятью, вниманием, мелкой моторикой).

– «*Застенчивые*» – тихие, обаятельные дети. Они боятся отвечать у доски, не поднимают руку, не проявляют инициативы, не вступают в контакт со сверстниками, очень старательны и прилежны. Боятся о чем-то спросить воспитателя, пугаются повышенного голоса (не обязательно на них). Переживают, если чего-то не сделали, часто плачут из-за мелких неприятностей. Не успокоятся, пока не сделают все, что пообещали. Охотно общаются с психологом, рассказывают о себе, выполняют задания.

– «*Замкнутые*» – мрачные, неприветливые дети. Никак не реагируют на критику, в контакт со взрослым стараются не вступать, избегают шумных игр, сидят отдельно. У них могут быть проблемы на занятиях, так как нет заинтересованности ни в чем и включенности в процесс. Они как будто постоянно от всех ожидают подвоха.

Замечено, что интенсивность переживания тревоги, уровень тревожности у мальчиков и девочек различны. В дошкольном и школьном возрасте мальчики более тревожны, чем девочки. Девочки чаще связывают свою тревогу с другими людьми. К людям, с которыми девочки могут связывать свою тревогу, относятся не только друзья, родные, учителя. Девочки боятся так называемых «опасных людей»: пьяниц, хулиганов и т. д. Мальчики же боятся физических травм, несчастных случаев, а также наказаний, которых можно ожидать от родителей или вне семьи – от учителей, директора школы и т. д. [8].

К. Хорни [9] различает нормальную тревогу (возникает при реальной опасности) и невротическую (возникает, если угрозе подвергаются особые склонности индивида, на следовании которым покоится его безопасность). Источник невротической тревоги автор видит в дефиците любви в детстве и блокировании стремления ребенка к самореализации неблагоприятными социальными воздействиями (воспитание невротичными родителями и пр.).

Тревога может быть различной в зависимости от того, от кого/чего субъект ожидает неприятностей: от себя (своей несостоятельности), от объективных обстоятельств или от других людей.

Современные авторы различают мобилизующую тревогу (оказывает активизирующее влияние на психическую и физическую активность) и расслабля-

ющую (оказывает дезорганизирующее влияние на психическую и физическую активность).

Е. Козлова [4] отмечает связь уровня тревожности ребенка с родительской опекой, то есть высокая тревожность у ребенка – это результат излишней родительской опеки. Высока вероятность возникновения тревожности у ребенка при воспитании по типу гиперпротекции, ограничивающем его активность и самостоятельность (чрезмерная забота, мелочный контроль, большое количество ограничений и запретов, постоянное одергивание). Каналом передачи беспокойства служит такая забота матери о ребенке, которая состоит из одних предчувствий, опасений и тревог. Здесь не обязательно речь идет о чрезмерном уровне заботы, обозначаемом как гиперопека. Это может быть и средний уровень заботы, которая носит несколько формальный, излишне правильный и обезличенный характер.

А. М. Прихожан [7], подчеркивая ярко выраженную возрастную специфику тревожности у дошкольников, отмечает, что чем больше ребенок подвержен тревоге, тем сильнее он будет зависеть от эмоционального состояния окружающих его лиц. Последнее обычно прямо соотносится с эмоциональной чувствительностью ребенка и тревожностью самих взрослых, непроизвольно передающих ему свое беспокойство в процессе повседневного общения. Так, детская тревожность часто является следствием личностной тревожности матери, имеющей симбиотические отношения с ребенком. При этом мать, ощущая себя единым целым с ребенком, пытается оградить его от трудностей и жизненных неприятностей, тем самым «привязывая» к себе ребенка, предохраняя от несуществующих, но воображаемых, соответственно ее тревожности, опасностей. В результате ребенок испытывает беспокойство, когда остается без матери, легко теряется, волнуется и боится. А. И. Захаров [3] отмечает, что ребенок легче перенимает беспокойство личностно тревожной матери в том случае, когда отец не принимает участия в воспитании ребенка и ребенок в большей степени привязывается к матери, или когда ребенок боится отца из-за его грубого, вспыльчивого характера.

Л. Машканцев [5] связывает возникновение тревоги у детей с отсрочкой подкрепления. Когда ребенку обещают что-либо для него приятное, например какой-нибудь подарок, и откладывают исполнение обещания, то ребенок обычно томится в ожидании, беспокоясь, получит ли он обещанное. Отсрочка подкрепления вызывает у большинства детей состояние неуверенности, беспокойства. Тревога возникает чаще при отсрочке чего-либо приятного, значительного. Ожидание неприятного может сопровождаться не столько тревогой, сколько надеждой на то, что все-таки неприятности не будет. Ребенок, ожидающий выговора от родителей или воспитателей, надеется, что наказания не последует.

А. М. Прихожан [7] отмечает, что для каждого возрастного периода существуют определенные области, объекты действительности, которые вызыва-

ют повышенную тревогу большинства детей вне зависимости от наличия реальной угрозы или тревожности как устойчивого образования. Эти «возрастные пики тревожности» являются следствием наиболее значимых социогенных потребностей. В данные «возрастные пики» тревожность выступает как неконструктивная, вызывая состояние паники, уныния. Ребенок начинает сомневаться в своих способностях и силах. У него отмечаются повышенное беспокойство, неуверенность, эмоциональная неустойчивость, общая дезорганизация деятельности, нарушения ее направленности и продуктивности.

Тревожное состояние, эмоциональная напряженность связаны главным образом с отсутствием близких для ребенка людей, с изменением окружающей обстановки, привычных условий и ритма жизни [1]. В старшем дошкольном и младшем школьном возрасте к этому перечню добавляется смена социальных отношений, связанных с переходом к школьному обучению, представляющая для ребенка значительные трудности и способная стать причиной развития тревожности. Так, многие дети с приходом в дошкольное учреждение становятся беспокойными, плаксивыми, замкнутыми. «Тревожное состояние, эмоциональная напряженность связаны главным образом с отсутствием близких для ребенка людей, с изменением окружающей обстановки, привычных условий и ритма жизни».

Литература

1. Астапов В. М. Тревожность у детей. 2-е изд. доп. и испр. СПб.: Питер, 2014. 224 с.
2. Выготский Л. С. Основы дефектологии. СПб.: Лань, 2003. 654 с.
3. Захаров А. И. Происхождение и психотерапия детских неврозов. М.: Каро, 2016. 672 с.
4. Козлова Е. В. Тревога как одна из основных проблем, возникающих у ребенка в процессе социализации // Теоретические и прикладные проблемы психологии: сб. ст. Ставрополь, 2017. С. 16–20.
5. Макшанцева Л. В. Диагностика и профилактика тревожности у дошкольников. М.: МГППИ, 2000. 270 с.
6. Немов Р. С. Психология: учебник для студ. высш. пед. учеб. завед.: в 3 кн. Кн. 1: Общие основы психологии: 4-е изд. М.: Владос, 2013. 688 с.
7. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Моск. психол.-соц. ин-т, 2000. 304 с.
8. Психология человека от рождения до смерти: младенчество, детство, юность, взрослость, старость: полный курс психологии развития / под ред. А. А. Реана. М.: АСТ, Еврознак, 2016. 651 с.
9. Хорни К. Собрание сочинений: в 3 т. / пер. с англ. М.: Смысл, 2017. Т. 2. С. 480.