

Секция «Возрастная психология и психология развития»

**Профилактика и преодоление тревожности у дошкольников–воспитанников
приюта**

Афанасьева Алла Михайловна

Студент (бакалавр)

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань, Россия

E-mail: allochka777.altmaz@mail.ru

Детский возраст, особенно дошкольный, является определяющим в становлении личности ребенка. Так как основные свойства и личностные качества складываются в этот период жизни и во многом определяют все его последующее развитие; особенно важно обратить внимание на то, какими будут начальные этапы перехода, к новым типам взаимоотношений ребенка с окружающими, как будет изменяться характер деятельности при поступлении в социальный приют. Смена социальных отношений может представить для ребенка значительные трудности. Многие дети в периоды адаптации к приюту начинают испытывать тревожное состояние, эмоциональную напряженность, становятся беспокойными, замкнутыми и плаксивыми. Особенно важно в это время осуществлять контроль за сохранением психоэмоционального благополучия ребенка. Нужно учитывать, что, включение в новые социальные отношения, совместную деятельность с другими взрослыми, полученный ранее опыт может либо помочь ребенку адаптироваться к непривычным условиям, либо негативно повлиять на уровень его адаптации. Неблагоприятные обстоятельства, отрицательный эмоциональный опыт в жизненных ситуациях может привести к различным нежелательным последствиям, одно из которых выражается в формировании высокой тревожности у дошкольников.

Под тревожностью в психологии понимают склонность человека переживать тревогу, т. е. эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляющееся в ожидании неблагоприятного развития событий [1].

А.М. Прихожан определяет тревожность как "переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, с предчувствием грозящей опасности" [2].

По мнению А.М. Прихожан, "закрепление и усиление тревожности происходит по механизму "психологического круга", ведущего к накоплению и углублению отрицательного эмоционального опыта, который порождая, в свою очередь, негативные прогностические оценки и определяя во многом модальность актуальных переживаний, способствует увеличению и сохранению тревожности" [3].

Повышенная тревожность влияет на все сферы психики ребёнка: аффективно-эмоциональную, коммуникативную, морально-волевую, когнитивную.

Актуальность выбранной темы исследования определяется, с одной стороны, насущными задачами психолого-педагогической практики, поставленными перед ней в связи с современными требованиями общества к различным аспектам здоровья ребенка: психическому, психологическому, психофизиологическому. С другой стороны, теоретической и эмпирической значимостью проблемы тревожности в индивидуально-личностном становлении ребенка, недостаточной, на наш взгляд, изученностью отдельных причин возникновения тревожности у дошкольников, отсутствием набора надежных методик ее выявления и эффективных способов психопрофилактики.

Проблема диагностики и профилактики детской тревожности заслуживает особого внимания, так как, складываясь в свойство и личностное качество ребенка - дошкольника, тревожность может проявляться и в школьном возрасте, и во взрослой жизни, стать

устойчивой личностной чертой, быть причиной неврозов и психосоматических заболеваний.

В нашем исследовании мы провели диагностику уровня тревожности дошкольников. Для проведения исследования была сформирована группа, состоявшая из 16 воспитанников - дошкольников городского социального приюта для детей и подростков «Гаврош» города Казани.

После проведения данного исследования были получены следующие результаты: у 70% дошкольников был отмечен высокий уровень тревожности, средний уровень тревожности был отмечен у 30% дошкольников. Это говорит о том, что в целом, по группе уровень тревожности находится на высоком уровне (70%). Тревожные дети очень не уверенные в себе, обладают неустойчивой самооценкой. Постоянно испытываемое ими чувство страха перед неизвестным приводит к тому, что они крайне редко проявляют инициативу. Тревожные дошкольники быстро устают, утомляются, им трудно переключиться на другую деятельность. Это происходит из-за постоянного напряжения. Тревожные дети испытывают повышенную ответственность за все происходящее, они склонны винить себя во всех неприятностях. Даже если внешне это никак не проявляется, это прорывается в беседе. Нередко тревожные дети демонстрируют неадекватно высокую самооценку. Они так хотят, чтобы их принимали, хвалили, что часто выдают желаемое за действительное. Это даже нельзя назвать обманом - это защитная реакция. Средний показатель выявлен у 30% испытуемых.

Следующим этапом нашего исследования будет разработка содержания программы преодоления тревожности у дошкольников - воспитанников приюта на основе полученных результатов диагностики, а также проверка эффективности разработанной программы.

Источники и литература

- 1) Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психоаналитическая природа и возрастная динамика. - М. - Воронеж. 2003.
- 2) Прихожан А. М. Психологическая природа и возрастная динамика тревожности. Автореф. дисс. ... д-ра психол. наук. М., 2009.
- 3) Психолог в детском дошкольном учреждении. Методические рекомендации к практической деятельности. Под ред. Т. В. Лаврентьевой. - М.: Новая школа. 2006.