

УДК 373.3

Павлова Светлана Александровна
доцент кафедры психологии и педагогики
Pavlova Svetlana A.
e-mail: sve862@yandex.ru

Матроницкая Александра Евгеньевна
студент
Matronitskaya Alexandra E.
e-mail: kisa61076@mail.ru

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего
образования «Гжельский государственный университет»
Federal State Budget Educational Institution of Higher Education
“Gzhel State University”

Московская обл., Раменский г. о., пос. Электроизолятор,
д. 67, Россия, 140155
Тел.: 8(499)553-84-04

ТРЕВОЖНОСТЬ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И ЕЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ

ANXIETY OF SENIOR PRESCHOOL AGE AND ITS PSYCHOLOGICAL- PEDAGOGICAL CORRECTION

Аннотация. В статье рассмотрена краткая характеристика старшего дошкольного возраста. Предложена взаимосвязь «кризиса 7 лет» и тревожности. Произведен анализ понятия тревожности. Выделены причины развития тревожности в детстве. Указано на взаимосвязь тревожности и самооценки личности. Предложен метод арт-терапии как психолого-педагогической коррекции тревожности.

Ключевые слова: тревога; тревожность; характеристика тревожности; старший дошкольный возраст; психолого-педагогическая коррекция.

Abstract. The article considers a brief description of senior preschool age. The relationship between the "crisis of 7 years" and anxiety is proposed. The concept of anxiety is analyzed. The reasons for the development of anxiety in childhood are highlighted. The relationship between anxiety and self-esteem is indicated. The method of art therapy as a psychological and pedagogical correction of anxiety is proposed.

Key words: anxiety; characteristics of anxiety; senior preschool age; psychological and pedagogical correction.

Дошкольный возраст является основной точкой, в которой происходит становление личности ребенка. Особенно интенсивно здесь происходит развитие познавательной, личностной и социальной сфер. Этому возрасту обычно присущи психические новообразования: воображение, соподчинение

мотивов, усвоение нравственных норм и ценностей [6]. Дошкольный возраст обычно рассматривается в трех периодах: младший (3–4 года), средний (4–5 лет), старший (5–7 лет).

В старшем дошкольном возрасте происходят кардинальные изменения в познавательной (становление произвольности психических процессов), личностной (появляются уравновешенные эмоции, адекватная самооценка, волевая регуляция), социальной (в поведении ориентируется на похвалу взрослого и нравственные нормы, преобладает личностное общение со сверстниками) сферах ребенка. А как только ребенок идет в образовательное учреждение (ДОУ), его основной вид деятельности (сюжетно-ролевая игра) сменяется на учебную, хотя сюжетно-ролевая игра используется в учебной деятельности, т.к. способствует развитию образного воображения, внимания, сообразительности.

Старший дошкольный возраст приходится «на кризис семи лет», связанный с входом ребенка в «социальную жизнь». Кризис строится на формировании личного сознания и психологической готовности адаптироваться к новым требованиям жизни. В этот период важно как можно больше внимания уделить эмоциональной сфере, ведь в процессе адаптации к новой социальной роли дети начинают испытывать эмоциональную напряженность и тревожное состояние [7]. Так кризис проявляется в потере непосредственности, манерничанье, кривлянии, симптоме «горькой конфеты», замкнутости, частой смене настроения, нарушениях сна и аппетита, а также головных болях. Эта симптоматика, безусловно, может повлиять на увеличение уровня тревожности.

В рамках исследовательской работы следует как можно шире описать тревожность. Тревожность как термин впервые была определена З. Фрейдом как «готовность к опасности, выражающаяся в повышенном сенсорном внимании и моторном напряжении, а также неприятное эмоциональное переживание, являющееся сигналом антиципируемой опасности» [14, с. 25].

В последующем, термин *angstbereitschaft* – тревожность, предложенный им, переводился различными авторами как «страх», «тревога», «боязливость».

Н. И. Конюхов определяет тревожность как склонность индивида к переживанию тревоги психического состояния осознанного или неосознанного ожидания воздействия стрессора, фрустратора [10, с. 45]. Обычно тревога предшествует страху.

Г. М. Бреслав считал, что тревожность – это личностная черта, показывающая уменьшение порога чувствительности к разнообразным стрессовым агентам. Тревожность выражается в постоянном ощущении угрозы собственному «я» в любых ситуациях; тревожность – это склонность к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги: один из основных параметров индивидуальности [3, с. 234].

Д. Б. Эльконин отмечал, что дошкольники и младшие школьники «мало чем отличаются между собой». Если брать это в учет, то можно считать, что дети дошкольного и младшего школьного возраста принадлежат к единому периоду – детству. Таким образом, рассмотрение зарождение тревожности и механизмов ее происхождения должно проводиться не отдельно для детей 5–7 лет, а непосредственно вместе на протяжении всех 7-ми лет, поскольку возникновение тревожности влияет на воспитание и обучение [12, с. 15].

Р. С. Немов характеризует понятие тревожности как «постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях» [9, с. 46].

В психологии можно встретить множество толкований данного определения. При этом все определения понятия «тревожность» можно свести к трем составляющим: тревожность как характеристика эмоционально-чувственной сферы, как состояние напряженности и как свойство личности.

На данный момент можно отметить что термины «тревожность» и «тревога» сблизились по значению и часто употребляются как тождественные. И этой точки зрения придерживается Е. Б. Ковалева. Хотя, Р. Кеттел, Ч. Д. Спилберг и Ю. Л. Ханин рекомендуют различать «тревогу» как эмоциональное состояние человека в определенный момент и «тревожность» как относительно устойчивое эмоциональное образование. То есть авторы намекают на временный характер «тревоги» и устойчивой «тревожности».

По данным Бороздиной, была выявлена определенная зависимость: формирование личностной тревожности как следствия внутри личностного конфликта [2, с. 57].

В своем исследовании мы придерживаемся позиции Р. Кеттела, Ч. Д. Спилберга и Ю. Л. Ханина, которые определяют тревожность в общих чертах как устойчивое эмоциональное образование, указывая на хроническое состояние тревожности.

В психологии в большей степени склоняются к выделению двух основных видов тревожности: ситуативная тревожность и личностная тревожность.

Если рассматривать причины возникновения детской тревожности, нельзя не отметить, что в первую очередь влияют семейные условия на эмоциональное развитие ребенка. Сюда можно отнести [8, с. 76]:

– отсутствие объекта, который обеспечивают безопасность ребенка – матери (К. Изард, И. Лангмеер, З. Матейчик);

– В. М. Минияров считает, что воспитанию тревожных детей способствует контролирующий стиль воспитания или воспитание повышенной моральной ответственности. В этом случае у детей формируется страх «быть не тем»;

– по мнению О. А. Карабановой, индифферентный стиль семейного воспитания, демонстрирующий игнорирование, пренебрежение к ребенку,

способствует развитию у детей импульсивности, неуверенности в себе, тревожности и появлению страхов.

Л. С. Акопян, В. И. Гарбузов и В. Леви считают главенствующими причинами формирования тревожности у детей такие недостатки воспитания, как [1, с. 51]:

– ошибки, допущенные в интеллектуальном воспитании ребенка, которые ведут к его незнанию и снижению уровня ориентации в окружающем мире;

– неправильные ответы на вопросы ребенка со стороны родителя, влекущие за собой неприятные последствия для эмоциональной сферы ребенка; ответы, пытающиеся запугать, запутать или оставить без внимания ребенка;

– воспитание страхом, по мнению В. И. Гарбузова, – одна из частых ошибок (например, «не будешь спать, придет серенький волчок и укусит за бочок»);

– насмешки взрослых, в частности, родителей – являются одной из основных причин страхов (например, с твоими «кривыми руками» какая из тебя художница). В связи с этим ребенок перестает доверять взрослым, начинает скрывать свои страхи, которые впоследствии не исчезают, а усиливаются; у ребенка вследствие этого формируются вредные привычки (кусает губы, грызет ногти, сосет пальцы и т.д.);

– в неполных семьях – это страх потерять родителя или страх «чужих»;

– Т. Шишова считает, что детские страхи спровоцированы конфликтными ситуациями в семье. Ранимые, чувствительные и впечатлительные дети способны остро реагировать на семейные конфликты: заикание, ночной энурез, страх темноты и т. д. [4, с. 47].

Следует отметить, что помимо всех прочих, на повышение тревожности сказывается отрицательный эмоциональный опыт ребенка, который позже негативно отражается на процессе воспитания и обучения его.

Мы считаем, что одной из причин повышенной тревожности у ребенка является высокая самооценка, так как происходит некая компенсация, что характерно для детей дошкольного возраста. Р. М. Гимаева и Т. А. Колесникова в своем исследовании выявили пропорциональную зависимость: высокая – «высокому уровню тревожности соответствует высокая самооценка» [5].

Обычно для определения уровня тревожности у старших дошкольников используют методики: «тест тревожности» (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен), рисуночный тест «кинетический рисунок семьи», методика «кактус» и других [6].

Для избегания последующих трудностей в обучении и воспитании к дошкольникам с повышенным уровнем тревожности, следует применять психолого-педагогическую коррекцию.

Стоит отметить, что психолого-педагогическая коррекция – это форма совместной профессиональной деятельности педагога, психолога и родителей, основанная на системе психологических воздействий с целью исправления нарушений психического развития ребенка с опорой на знание возрастной, социокультурной и индивидуальной норм развития, направленная на организацию и создание условий для полноценного психического развития каждого школьника в образовательном учреждении и семье [13, с. 11].

Мы полагаем, что в старшем дошкольном возрасте эффективным методом психолого-педагогической коррекции является арт-терапия.

В науке под методом арт-терапии понимают применение всех форм искусства. Благодаря этому методу можно экспериментировать с чувствами, исследуя и выражая их при помощи символичности, мыслями, запечатлевая их в творчестве. Арт-терапия – метод развития и изменения сознательных и бессознательных сторон психики личности посредством разных форм и видов искусства [7, с. 48].

Арт-терапия предоставляет неограниченные возможности для самовыражения и самореализации посредством изготовления продукта творчества. А любое творческое занятие благоприятно влияет на внутренний мир ребенка дошкольного возраста, на его интеллектуальное развитие.

А невербальная экспрессия, присущая творческому процессу, послужит вербализацией проблем и переживаний ребенка. Детские переживания обычно отражаются на продукте их деятельности. Поэтому переживания, запечатленные в рисунке ребенка, могут служить восприятию и анализу его личностных особенностей [7].

Таким образом, был проведен анализ тревожности как личностного образования и теоретическое исследование модели коррекции тревожности у детей старшего дошкольного возраста. Было выяснено, что арт-терапия как метод психолого-педагогической коррекции дошкольников обеспечивает: снижение уровня тревожности, повышение уверенности ребенка в себе, развитие коммуникативных навыков, быструю адаптацию в коллективе, психопрофилактику, принятие правильных решений и формирование условий для личностного и интеллектуального развития.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Астапов В. М. Тревожность у детей. СПб.: Питер, 2004. 224 с.
2. Бороздина Л. В., Залученова Е. А. Увеличение индекса тревожности при расхождении уровней самооценки и притязаний // Вопросы психологии. 1993. № 1. С. 104–113.
3. Бреслав Г. М. Психология эмоций: учеб. пособие для вузов. М.: Смысл, 2007. 544 с.
4. Гарбузов В. И. Нервные дети. М.: Медицина, 2011. 152 с.
5. Гимаева Р. М., Колесникова Т. А. Взаимосвязь тревожности и самооценки в дошкольном возрасте // Концепт. 2015. № 7. [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-trevozhnosti-i-samootsenki-v-doshkolnom-vozhraсте> (дата обращения: 01.10.2020).

6. Дошкольный возраст. [Электронный ресурс]. URL: https://ru.wikipedia.org/wiki/Дошкольный_возраст#Дошкольный_возраст_в_различных_концепциях_развития (дата обращения 01.10.2020).

7. Дьяченко О. М. Психолог в дошкольном учреждении. М.: Гном и Д, 2002. 231 с.

8. Имедадзе Н. В. Тревожность как фактор учения в дошкольном возрасте. Психологические исследования. М., 2006. С. 45–57.

9. Коломенский Я. Л., Панько Е. А., Игумнов С. А. Психическое развитие детей в норме и патологии. Психологическая диагностика, профилактика и коррекция. СПб.: Питер, 2004. 480 с.

10. Конюхов Н. И. Прикладные аспекты современной психологии: термины, концепции, методы. М., 1992. 100 с.

11. Лисичкина А. Г., Овчинников М. В., Трушина И. А. Особенности самооценки и тревожности детей 5–7 лет в контексте кросс-культурного исследования // АНИ: педагогика и психология. 2018. №3 (24). [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-samootsenki-i-trevozhnosti-detey-5-7-let-v-kontekste-kross-kulturnogo-issledovaniya> (дата обращения: 01.10.2020).

12. Никонова С. Л. Психолого-педагогическая коррекция тревожности у старших дошкольников // Концепт. 2015. № S1. [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogic> (дата обращения: 28.09.2020).

13. Скотарева Е. М. Психолого-педагогическая коррекция: теоретико-методологический аспект: учеб. пособие для студ. психол. спец. Саратов: Изд. центр «Наука», 2007. 72 с.

14. Фрейд З. Введение в психоанализ. Двадцать пятая лекция. Страх. М., 1990.