**Психолого-педагогические аспекты
взаимодействия с тревожными детьми в ДОУ**

Основные аспекты проблемы тревожности.

На современном этапе детский сад становится одним из определяющих факторов в становлении личности ребенка. Многие основные свойства и личностные качества ребенка формируются в данный период жизни. В настоящее время увеличилось количество тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Поэтому проблема детской тревожности и ее своевременной коррекции на раннем этапе является актуальной. Решение этой проблемы в старшем дошкольном возрасте и младшем школьном поможет устранить проблемы развития личности в период кризиса 7 лет; трудности принятия на себя ребенком новых социальных ролей в связи с переходом из детского сада в школу, проблемы адаптации, успешности учебной деятельности.

Впервые выделил и акцентуировал состояние беспокойства и тревоги З. Фрейд. Он охарактеризовал данное состояние как эмоциональное, включающее в себя переживание ожидания и неопределенности, чувства беспомощности. В настоящее время изучению состояния тревоги посвящено большое количество работ. Многозначность понимания тревоги заключается и как – временное психическое состояние, возникающее под воздействием стрессовых факторов. Селье рассматривал 3 фазы: 1 фаза – возникновение тревоги, 2 фаза – исчезновение тревоги, 3 фаза – увеличение тревоги, истощение Н. С. ., понижение иммунитета. Причинами тревоги могут быть:

- Фрустрация социальных потребностей;

- Реакция на представленную угрозу;

- Первичный показатель неблагополучия. Когда организм не имеет возможности естественным образом реализовывать потребность;

- Свойства личности.

Свои определения понятию «тревога» давали Астахов, Лазарус Р, Прихожан А. М. , Спилбергер Ч. Д. и др. Многие авторы сближают тревогу с эмоцией страха.

Чаще всего термин «тревога» используется для описания неприятного по своей окраске психологического состояния, которое характеризуется субъективными ощущениями напряжения, беспокойства, мрачных представлений, а с физиологической сферы сопровождается активизацией автономной нервной системы. Тревога как состояние, в норме переживается каждым здоровым человеком в случаях предполагания предвосхищения негативных результатов. Являясь природосообразным состоянием, тревога играет положительную роль, не только как индикатор нарушения, но и как мобилизатор резервов психики, способный повышению уровня эффективности саморегуляции, гарантирующей более успешное выполнение деятельности.

Однако чаще всего тревогу рассматривают как негативное состояние, связанное с переживаниями стресса.

Некоторые авторы считают что, причины, вызывающие тревогу условно можно разделить на субъективные и объективные. Субъективные – неверное представление об исходе предстоящего события и психологического характера, приводящего к завышению субъектом значимости исхода предстоящего события. Объективные – экстремальные условия, предъявление повышенных требований к психике человека, утомление, беспокойство по поводу здоровья, нарушения психики, влияние фармакологических средств. Психологические причины: вызванные внутренним конфликтом, связанные с неверным представлением о собственном образе «Я», неадекватном уровне притязаний, недостаточное обоснование цели, предчувствие объективных трудностей.

Некоторые авторы считают, что немотивированная тревожность может быть признаком психического расстройства – нахождение угрозы в других людях *(бред ущерба)*, в собственном теле *(ипохондрия)*, в собственных действиях *(психастения)*. Личностную тревожность можно рассматривать как системное свойство, проявляющееся на всех уровнях активности человека.

**В социальной сфере** – тревожность оказывает влияние на общение, на социально-психологические показатели деятельности руководителей, на взаимоотношения с руководителем, с товарищами, порождая конфликты.

**В психологической сфере** тревожность проявляется в изменении уровня притязаний, снижения самооценки, решительности, уверенности в себе, влияет на мотивацию. Обратная связь с такими особенностями личности: социальная активность, добросовестность, стремление к лидерству, принципиальность, решительность, независимость, эмоциональная устойчивость, работоспособность, степень невротизации и интроверсии.

**В психофизиологической сфере** тревожность проявляется на энергетике организма, активности биологически-активных точек на коже, развитием вегетативных расстройств.

Личность с высоким уровнем тревожности воспринимает окружающий мир как объект угрозы, угроза психическому здоровью личности и способствует развитию предневротического состояния; отрицательно влияет на результат деятельности; профориентация больше подходит человек-природа и человек – художественный образ, необходимы навыки самоконтроля и устойчивое поведение. Тревожность – источник агрессивного поведения, формирует конфликтные отношения

Исследования показывают, что тревога, зарождаясь у ребенка в 7 месяцев, в неблагополучных условиях в старшем дошкольном возрасте становится тревожностью – т. е. устойчивом свойством личности. Недостаточная сформированность или нарушение механизма психологической саморегуляции лежит в генезисе личностной тревожности, так считает Г. Ш. Габдреева. Н. Д. Левитов указывает, что тревожное состояние – показатель слабости нервной системы, хаотичности нервных процессов *(темп, интенсивность деятельности – низкие, медленно включающиеся в работу, долго переключается, восстанавливается, быстро отвлекается)*. Главной причиной возникновения тревожности у дошкольников считается: неправильное воспитание и неблагоприятные отношения ребенка с родителями, особенно с матерью. При этом случае возникает страх, ребенок ощущает условность материнской любви. Высокая вероятность возникновения тревожности у ребенка при воспитании по типу: чрезмерная забота, мелочный контроль, большое количество ограничений и запретов, постоянное одергивание. Отсрочка чего-то приятного, подкрепления.

Приход в детский сад увеличивает тревожность. Симбиоз личностной тревожности матери и ребенка увеличивает тревожность ребенка.

Н. В. Имедадзе отмечает следующие причины тревожности у детей дошкольного возраста, вызванные характером внутри-семейных отношений:

- излишняя опека;

- второй ребенок в семье;

- плохая приспособляемость *(неумение одеваться, есть, спать)*;

- непоследовательность оценок, правил, авторитарный стиль отношений.

Если ребенок чрезвычайно зависим от состояния матери и к нему не найден индивидуальный подход в дошкольном учреждении, то возникает стойкий аффект на разлуку с матерью, что приводит к началу невроза.

К увеличению тревожности приводят также.

Недостаток уверенности в своих силах, проявляется в ситуациях, включающие опасность для чувства собственного достоинства при высоком уровне притязаний. Расхождение между положением, фактически занимаемым ребенком в коллективе и положением, который он хочет занимать. Прямая зависимость эмоциональной чувствительности ребенка и тревожности самих взрослых.

Наблюдается прямая связь между тревожностью и психическими процессами – мышление, память, внимание

Природные, генетические факторы развития тревожности трудно поддаются коррекции. Социальные факторы поддаются коррекции.

Работа ведется в 3-х направлениях. 1. Работа над самооценкой.

2. Формирование адаптивного поведения.

3. Снятие мышечного напряжения.

Согласно Ж. Пиаже игра является мостиком между конкретным опытом и абстрактным мышлением, и именно символическая функция игры является особенно важной. Именно поэтому все большее значение приобретает игровая терапия – способ коррекции эмоциональных и поведенческих нарушений у детей. В игровой терапии необходимо 3 «П»: признание; принятие; понятие ребенка. Не директивная терапия – не оценивание, а описание действий ребенка с отражением чувств ребенка снижает уровень тревожности.

Диагностика тревожности: наблюдение – до 4-х лет; с 4-х цветовая диагностика эмоций О. А. Ореховой; проективная методика «Моя семья». Работа с родителями – тест Пари; тест Дарси-Баска; анкетирование.

Работа воспитателя включает:

- овладение навыками самоконтроля;

- внутренняя оценка действий;

- четкая система ограничений;

Использование «агрессивных» игрушек позволяет снизить уровень тревожности. Песок, вода, глина, пластилин, кубики, цвет – для снятия негативных эмоций. Лучше использовать шариковые ручки и фломастеры т. к. карандаши ломаются, красками пачкаются, что может увеличивать уровень тревожности. Технику овладения ограничений лучше отрабатывать на обычных детях, после осторожно переносить на работу с тревожными детьми. Хвалить тоже осторожно т. к. высокотревожный ребенок будет работать на похвалу, что будет увеличивать тревогу. Безопасные игрушки – куклы, машины, то, что не требует правильности действий и четкого выполнения правил. Складывание по образцу, мозаика по рисунку, подвижные игры соревновательного характера увеличивают тревожность.