***Тревожность детей старшего дошкольного возраста***

Развитие личности во многом определяется благополучием в эмоциональной сфере. Тревожность негативно сказывается на жизнедеятельности ребенка. В настоящее время, по мнению ученых, увеличилось число тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью.

Дошкольный возраст является предметом пристального внимания ученых, так как в этот период происходит ускоренное развитие психических процессов и свойств личности, ребенок активно осваивает широкий спектр различных видов деятельности.

На этапе дошкольного детства развивается самосознание, формируется самооценка, происходит выстраивание иерархии мотивов, и их соподчинение. В этот период наиболее важным является влияние семьи на развитие личности ребенка, влияние существующей в ней системы внутрисемейных, а также детско-родительских отношений. Именно в семье дети приобретают первые навыки взаимодействия, осваивают первые социальные роли, нормы и ценности. Именно семья определенным образом влияет на процесс и результаты формирования личности.

Одной из главных причин  тревожности детей старшего дошкольного возраста, по мнению  многих исследователей, является неправильное воспитание в семье, предвзятое отношение к ребенку, обусловленное  чаще всего социальной некомпетентностью родителей.

Под понятием «тревожность» психологи обозначают состояние человека, которое характеризуется повышенной склонностью к переживаниям, опасениям и беспокойству, имеющей отрицательную эмоциональную окраску.

Повышенная тревожность может дезорганизовать любую деятельность (особенно значимую), что, в свою очередь, приводит к низкой самооценке, неуверенности в себе. Таким образом, это эмоциональное состояние может выступать в качестве одного из механизмов развития невроза, так как способствует углублению личностных противоречий (например, между высоким уровнем притязаний и низкой самооценкой).

У детей старшего дошкольного возраста доминирует ситуативная тревожность. Тревога проникает в душу ребенка, лишь тогда,  когда конфликт пронизывает всю его жизнь, препятствуя реализации его важнейших потребностей.  Стремясь выработать у ребенка такие качества как добросовестность, послушание, аккуратность, родители нередко усугубляют и без того нелегкое положение ребенка, увеличивая пресс требований, невыполнение которых влечет для него внутреннее наказание – развитие тревожности.

Тревожные дети старшего дошкольного возраста – это обычно очень не уверенные в себе дети, с неустойчивой самооценкой. Постоянно испытываемое ими чувство страха перед неизвестным приводит к тому, что они крайне редко проявляют инициативу. Будучи послушными, предпочитают не обращать на себя внимание окружающих, ведут себя примерно и дома, и в детском саду, стараются точно выполнять требования родителей и воспитателей - не нарушают дисциплину, убирают за собой игрушки. Таких детей называют скромными, застенчивыми. Однако их примерность, аккуратность, дисциплинированность носят защитный характер - ребенок делает все, чтобы избежать неудачи.

Известно, что предпосылкой возникновения тревожности является повышенная чувствительность (сензитивность). Однако не каждый ребенок с повышенной чувствительностью становиться тревожным. Многое зависит от способов общения родителей с ребенком. Высока вероятность воспитания тревожного ребенка родителями, осуществляющими воспитание по типу гиперпротекции (чрезмерная забота, мелочный контроль, большое количество ограничений и запретов, постоянное одергивание). Тревожность возникает при неблагоприятном фоне свойств систем нервной и эндокринной, но формируется прижизненно, прежде всего, в силу нарушений форм внутриличностного и межличностного общения, - например между родителями и детьми.

Основание для тревожности у разных людей различны, поскольку угроза направлена на ценности, которые индивид считает сутью своего бытия и основой личной безопасности, а все люди обладают индивидуальными ценностями.

В большей мере тревожность ребенка вызывается:

- противоречивыми требованиями к нему, исходящими из разных источников или даже одного источника (родители то позволяют, то запрещают);

- неадекватными требованиями, т.е. не соответствующим возможностям и стремлениям ребенка;

- негативные требования, которые ставят ребенка в униженное, зависимое положение;

- отсутствием требовательности к ребенку, безразличием к нему со стороны взрослых, что рождает чувство опасности, незащищенности.

Тревожность имеет генетические корни, внешняя среда может либо развивать, либо подавлять, способствовать или препятствовать развитию в устойчивую черту личности. К началу подросткового возраста тревожность (или ее отсутствие) становится чертой характера. Врожденная или сформированная склонность ребенка легко впадать в тревожное состояние во многом предопределяет его поведение.

Таким образом, общие причины детской тревожности следующие:

- конституционная особенность нервной системы (меланхоличный темперамент);

- невротические состояния, вызванные страхом, частыми неудачами;

- следствие перенесенных заболеваний;

- результат запугивания ребенка взрослыми;

- плод чрезмерного детского воображения;

- естественная боязнь темноты, грома, молнии, опасных животных;

- проявление инстинкта самосохранения;

- результат «запрещающего» воспитания;

- чувство вины за неспособность быть на уровне высоких требований, доступных другим детям;

- следствие депривации – чувства обездоленности, недоступности.

По-разному проявляется тревожность у мальчиков и девочек. Сведений об учете половых различий при формировании эмоциональной устойчивости школьников в литературе мало и они порой противоречивы

Тревожность у детей появляется из-за плохих материальных условий жизни, недостаточной интеграции семьи в общество или ближайшее окружение, физического или психического нездоровья родителей, супружеских или семейных конфликтов, отклонений в подходах воспитания детей. В итоге дети становятся чрезмерно пугливыми и испытывают трудности в школе и в социуме.

Таким образом, основной источник тревоги у детей старшего дошкольного возраста –  неблагоприятный психологический микроклимат семьи и неодобрение социально значимых для ребенка людей. Как отмечают Е.К. Лютова и Г.Б. Монина, тревожность развивается у детей тогда, когда у них имеется внутренний конфликт, провоцируемый завышенными требованиями взрослых, их желанием поставить ребенка в зависимое от себя положение, отсутствием единой системы требований, наличием тревожности у самих взрослых.