

*Аверина Ульяна Евгеньевна*

студентка

Педагогический институт

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет»

г. Иркутск, Иркутская область

## **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*Аннотация:* в статье дано авторское понимание понятия «тревожность». Автором раскрыта классификация видов, особенности проявления тревожности у детей старшего дошкольного возраста.

*Ключевые слова:* тревожность, коррекция, дети старшего дошкольного возраста, беспокойство, тревога, страх.

Одним из главных условий нормального развития ребенка является чувство защищенности, безопасности и покоя. База доверия формируется во внутриутробном возрасте, когда ребенок чувствует, что он является ценным и значимым для окружающих людей. Очень важно, чтобы ребенок был желанным, независимо от пола и времени его появления. Полное принятие ребенка является одним из главных условий для становления у него доброжелательных, увереных отношений с окружающими, а также формирования положительной самооценки. К сожалению, на сегодняшний день увеличилось количество детей, отличающихся эмоциональной неустойчивостью, повышенным беспокойством, неуверенностью. Иногда в семье ребенок воспитывается в атмосфере неприятия, запугивания, недоверия. Именно это приводит к формированию чувства неполноценности по сравнению с окружающими. Обычно такой ребенок с трудом адаптируется среди сверстников и занимает положение отверженного. Поэтому проблема эмоциональных нарушений и своевременной ее коррекции на сегодняшний день является весьма актуальной.

Таким образом, целью нашего исследования является определение психолого-педагогических условий коррекции тревожности у детей старшего дошкольного возраста.

Сформулированная цель исследования обусловила постановку задач:

1. Дать характеристику понятию «тревожность».

2. Раскрыть виды тревожности.

3. Выявить особенности проявления тревожности у детей старшего дошкольного возраста.

В психологической литературе можно встретить различные определения понятия тревожности. Однако большинство исследователей рассматривают его как личностную характеристику с учетом переходного состояния и его динамики, а также как ситуативное явление.

Мы выделили авторское понимание данного понятия. По нашему мнению, тревожность – это определенная психологическая особенность, которая проявляется в переживании человеком сильной тревоги по незначительным поводам.

Повлиять на поведение и состояние ребенка можно, определив вид тревожности, присутствующий у него.

Тревожность как качество личности, черта характера присуща пессимисту, ребенку-астенику. Обычно такой тип тревожности – следствие стереотипов поведения, перенимаемых от родителей.

Однако такой тип тревожности может быть вызван темпераментом и врожденными особенностями психики. Как правило, к тревожности склонны меланхолики. Такой ребенок будет часто испытывать психологический дискомфорт, переживать по малейшему поводу и с большими трудностями принимать любые изменения в своей жизни.

Ситуативная тревожность связана с какой-то конкретной ситуацией, событием, произошедшим в жизни ребенка и наложившим определенный отпечаток на поведение. Самый распространенный пример – отношение к врачам. К при-

меру, ребенок, рано перенесший какую-то болезненную медицинскую процедуру, начинает бояться всех врачей без исключения или даже всех людей в белых халатах.

Такой тип тревожности поддается определенной коррекции. Снизить степень тревожности можно, минимизировав возникновение ситуаций, ее вызывающих. Однако полностью устраниТЬ такие ситуации невозможно. Ребенка все равно придется показывать врачам, даже если посещение поликлиники вызывает у него панический ужас.

Тревожные дети отличаются частыми проявлениями тревоги и беспокойства, страхов. Тревоги и страхи возникают в тех ситуациях, в которых ребенку ничего особо не грозит. Тревожные дети обладают особой чувствительностью.

Также у таких детей нередко занижена самооценка, поэтому у них возникает ожидание неблагополучия со стороны окружающих. Тревожные дети склонны отказываться от той деятельности, в которой испытывают затруднения, остро реагируют на свои неудачи.

Тревожные дети имеют склонность к вредным привычкам невротического характера. Манипуляция с собственным телом успокаивает их, снижает эмоциональное напряжение.

Распознать тревожных детей помогает рисование. Их рисунки отличаются сильным нажимом, обилием штриховки, а также маленькими размерами изображений.

У тревожных детей сдержанное, серьезное выражение лица, опущенные глаза, на стуле сидит аккуратно, предпочитает не обращать на себя внимание окружающих, не шумит, старается не делать лишних движений.

Из вышесказанного можно сделать вывод, что поведение тревожных детей отличается частыми проявлениями тревоги и беспокойства, такие дети живут в постоянном напряжении, чувствуют, что в любой момент могут столкнуться с неудачами, все время ощущают угрозу.

***Список литературы***

1. Басова Н.В. Педагогика и практическая психология: Учеб. пособие / Н.В. Басова. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 412 с.