

Тревожность у детей и причины его возникновения



Подготовил: студент IV курса
ФДИНО
Трифонов Сергей

План



- Понятие тревожности и его виды.
- Причины возникновения тревожности.
- Особенности проявления тревожности.

1. Понятие тревожности и ее виды.

- **Тревожность** – это индивидуальная психологическая особенность, заключающаяся в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не predisполагают



- Следует отличать тревогу от тревожности. Если **тревога** - это эпизодические проявления беспокойства, волнения ребенка, то тревожность является устойчивым состоянием.



Виды тревожности



- 1. Тревожность как эмоциональное состояние, т.е. ситуативная тревога, возникшая в какой-то конкретной ситуации, субъективно осознаваемой индивидом как угрожающей.
- 2. Тревожность как устойчивая черта, индивидуально-психологическая особенность, которая проявляется в склонности к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, т.е. личностная тревожность.
- 3. Устойчивая тревожность в какой-либо сфере (межличностная, экологическая и др. тревожность), иначе говоря, специфическая тревожность.
- 4. Генерализованная тревожность, которая возникает у человека, который свободно меняет тревожащие объекты в зависимости от изменения их значимости для себя.

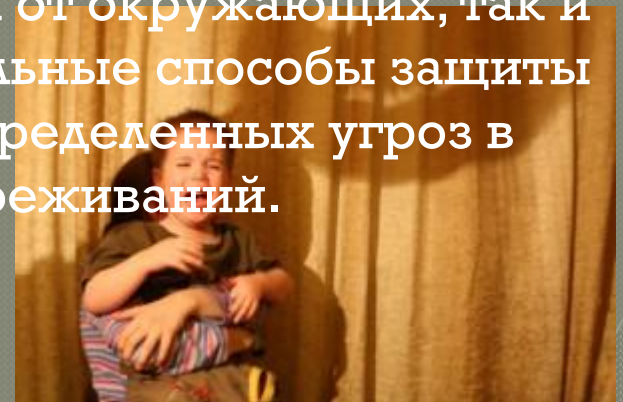
- Также выделяются 2 формы тревожности: открытая и скрытая.

К открытым формам тревожности относятся:

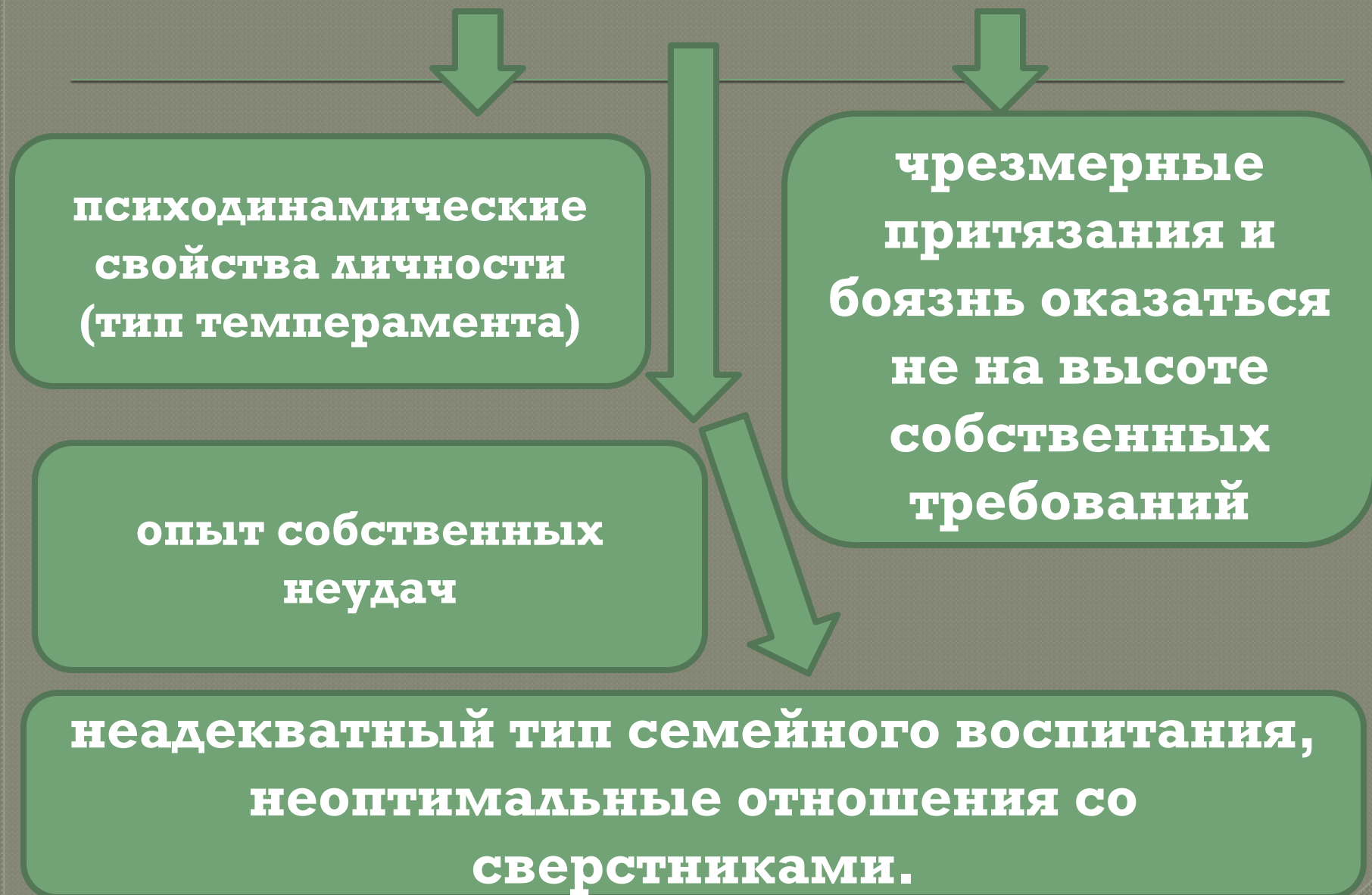
1. Острая, нерегулируемая или слабо регулируемая тревожность
2. Регулируемая и компенсируемая тревожность,
3. Культивируемая тревожность

- Формы скрытой тревожности встречаются примерно в равной степени во всех возрастах. Скрытая тревожность встречается существенно реже, чем открытая.

Одна из ее форм условно названа «неадекватное спокойствие». В этих случаях индивид, скрывая тревогу как от окружающих, так и от самого себя, вырабатывает жесткие, сильные способы защиты от нее, препятствующие осознанию как определенных угроз в окружающем мире, так и собственных переживаний.



2.Причины возникновения тревожности.

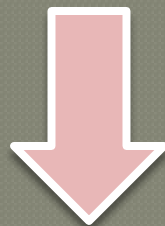


● Кучерова выделяет следующие типы семей, в которых дети имеют устойчивую тревожность:

1. семьи, где мать одна воспитывает ребенка, у нее самой наблюдается повышенная тревожность
2. семьи, где отношение к процессу воспитания детей как к процессу решения педагогических задач, цель родителей – воспитать послушного ребенка, отец в такой семье занимает позицию строгого родителя, а мать – позицию защитника
3. семьи, где лидером воспитания является бабушка/дедушка, родители ребенка находятся в зависимом состоянии от своих родителей, им постоянно приходится «бороться» за лидерство в семье
4. семьи, в которых ограничено общение с ребенком, а воспитание сводится к гигиеническому уходу за ним.



- Б.И.Кочубей и Е.В.Новикова считают, что тревожность развивается у детей вследствие внутреннего конфликта, который может быть вызван:



**Противоречивым
и требованиями,
предъявляемыми
родителями, либо
родителями и
детским садом.**

**неадекватным
и
требованиями
(чаще всего,
завышенными
)**

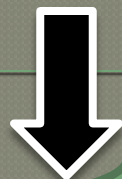
**негативными
требованиями,
которые
унижают
ребенка, ставят
его в
зависимое
положение.**

3. Особенности проявления тревожности

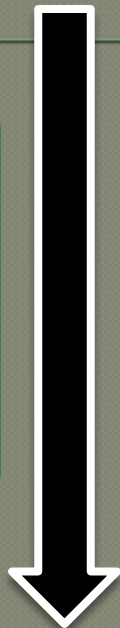
- - беспокойство,
- трудность или невозможность концентрации,
- мышечное напряжение,
- раздражительность,
- нарушения сна,
- слезливость,
- пассивность, скованность,
- покраснения, тики, заикания,
- неконтролируемые идиомоторные реакции.



**Специалисты предлагают проводить
работу с тревожными детьми в трех
направлениях:**



**повышение
самооценки**



**снятие мышечного
напряжения.**

**обучение ребенка умению управлять собой в
конкретных, наиболее волнующих его ситуациях**

- 1. Включение ребенка в любую новую игру должно проходить поэтапно. Пусть он сначала ознакомится с правилами игры, посмотрит, как в нее играют другие дети и лишь потом, когда сам захочет, станет ее участником.
- 2. Необходимо избегать соревновательных моментов и игр, в которых учитывается скорость выполнения задания, например, таких как "Кто быстрее?"
- 3. Если вы вводите новую игру, то для того чтобы тревожный ребенок не ощущал опасности от встречи с чем-то неизвестным, лучше проводить ее на материале, уже знакомом ему (картинки, карточки). Можно использовать часть инструкции или правил из игры, в которую ребенок уже играл неоднократно.
- 4. Игры с закрытыми глазами рекомендуется использовать только после длительной работы с ребенком, когда он сам решит, что может выполнить это условие.

Литература

- Кочубей Б., Новикова Е. Как лечить тревожность. // Семья и школа, 1988, №8.
- Психологическая поддержка детей с тревожностью. Д/С от А до Я №3
- <http://www.psynn.ru/psishkola/600.html>
[электронная версия]

Спасибо за
Внимание.

