

ПРИЧИНЫ ДЕТСКОЙ ТРЕВОЖНОСТИ

Подготовила педагог-психолог Грицай А.В.



Во все времена эмоции играют важную роль в жизни детей: помогают воспринимать действительность и реагировать на нее. Появляясь в поведении, они информируют взрослого о том, что ребенку нравится, огорчает его или раздражает. Особенно это актуально в младенчестве, когда вербальные способы общения недоступны ему. По мере того как ребенок растет, его эмоциональный мир становится богаче и разнообразнее. От базовых чувств он переходит к более сложной гамме: радуется и сердится, восторгается и удивляется, ревнует и грустит. Становятся разнообразней страхи детей, некоторые могут носить устойчивый характер, что служит предпосылкой возникновения тревожного состояния. Одна из опасностей данного закрепленного состояния тревожности не в его тяжести или «неизлечимости», а в отношении к этому взрослых (родителей). Большинство родителей не обращают должного внимания на тревожное поведение. Думая о том, что это разовые капризы ребенка, плохое самочувствие, настроение, характер. Таким образом, возникает острая необходимость информирования родителей об особенностях эмоциональной сферы детей, а также о влиянии детско-родительских отношений на эмоциональное развитие ребёнка.

Тревога – одно из универсальных состояний и, как таковое, является неотъемлемой частью жизни человека. Тревога выполняет функцию биологической системы предупреждения, которая активизируется опасностью. Тревога также возникает вследствие утраты значимого объекта или конфликта между потребностями субъекта и требованиями среды или между конфликтующими ценностными системами. Тревога связана также с телесным дискомфортом. Она выходит за рамки нормы тогда, когда ее интенсивность непропорциональна ущербу, а также когда она возникает в обычной для ребенка ситуации без видимых причин и объективной угрозы. Ребенок склонен переживать тревогу, то есть

эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределённой опасности и проявляющееся в ожидании неблагоприятного развития событий. Ребенок может ощущать постоянный беспричинный страх, который может дезорганизовывать любую деятельность, что в свою очередь приводит к низкой самооценке и неуверенности в себе. Постоянно испытываемое чувство страха приводит также и к тому, что они редко проявляют инициативу. Некоторые тревожные дети могут вести себя тихо и скромно, выполняя все поручения взрослых, делая их достаточно хорошо, однако их прилежность, аккуратность и дисциплинированность носят защитный характер – ребенок делает все, чтобы избежать неудачи, а как следствие – критики и наказания. Предпосылкой возникновения тревожности может являться повышенная чувствительность (сенситивность) ребенка.

Однако не каждый чувствительный ребенок становится тревожным. Отсюда следует, что для возникновения и проявления тревоги должно быть что-то еще: страх навязчивый или ситуативный; испуг; бессознательный конфликт между потребностями и нормами среды; особенности отношений со значимым взрослым. В формировании и возникновении тревожного состояния у детей особую роль играют способы общения с родителями. Например, высока вероятность воспитания тревожного ребёнка родителями, осуществляющими воспитание по типу 103 гиперопеки, ограничений, мелочный контроль, большое количество запретов, одергиваний и прочее. В этом случае, общение с ребенком носит авторитарный характер, ребенок теряет уверенность в себе и своих силах, боится оценки, беспокоится, что сделает что-то не так, то есть испытывает чувство тревоги, которое может закрепиться и перейти в устойчивое личностное состояние – тревожность. Другой, противоположный тип отношений с родителем – демократичный. Взрослый не диктует ребенку свои требования, а советуется с ним, даже в мелочах, перекладывая (бессознательно) свою ответственность за действия на ребенка. Такие родители (мнительные, тревожные, неуверенные в себе) устанавливают чрезмерный близкий контакт с ребенком, заражая его своими страхами, что также способствует возникновению тревожности. Чувство вины, которое присваивают взрослые ребенку, также способствует возникновению тревожности: «Ты



так плохо вел себя, что у мамы заболела голова»; «Из-за твоего поведения мы поругались с папой» и прочее. Вербальные угрозы взрослых – частое явление в общении с детьми. Угрозы, какие бы они не были, провоцируют рост тревоги: «Отдам тебя в детский дом», «Вызову полицию», «Поставлю укол», «Уйду от тебя» и так далее. Внутреннее беспокойство затрудняет общение ребенка с окружающим миром. Взрослые должны это понимать и придавать этому значение, выполнять профилактику такого беспокойства, анализировать свои совершенные и планируемые действия, нести за них ответственность и проводить коррекцию при необходимости. При наличии тревожности у ребенка затормаживаются процессы развития, такие как: эмоциональные, мотивационные, личностные, коммуникативные, социальные, а в некоторых случаях и интеллектуальные. Изначально каждый человек может и способен взять на себя ответственность, но для этого, прежде всего, нужна соответствующая атмосфера – атмосфера полного, безоговорочного принятия, доверия, и безопасности.

