**Проявление тревожности как основного эмоционального состояния в дошкольном возрасте**

ГБОУ СОШ с.Пестравка Самарской области СП д/с «Забава»

Воспитатель:

Орлова Евгения Николаевна

**Проявление тревожности как основного эмоционального состояния в дошкольном возрасте**

В настоящее время увеличилось число тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Возникновение и закрепление тревожности связано с неудовлетворением возрастных потребностей ребенка. Устойчивым личностным образованием тревожность становится в подростковом возрасте, опосредствуясь особенностями «Я-концепции», отношением к себе. До этого она является производной широкого круга нарушений. Закрепление и усиление тревожности происходит по механизму «замкнутого психологического круга», ведущего к накоплению и углублению отрицательного эмоционального опыта, который, порождая в свою очередь негативные прогностические оценки и, определяя во многом модальность актуальных переживаний, способствует увеличению и сохранению тревожности.

Тревожность - это довольно устойчивая индивидуальная психологическая особенность, которая состоит в повышенной склонности человека испытывать беспокойство по самым разным поводам (или вовсе без них). Тревожность нужно отличать от тревоги и страха. Тревожность имеет ярко выраженную возрастную специфику. Для каждого возрастного периода существуют определенные области, объекты действительности, которые вызывают повышенную тревогу большинства детей в независимости от наличия реальной угрозы или тревожности как устойчивого образования. Эти «возрастные пики тревожности» являются следствием наиболее значимых социогенных потребностей.

В данные «возрастные пики тревожности» тревожность выступает как неконструктивная, которая вызывает состояние паники, уныния. Ребенок начинает сомневаться в своих способностях и силах. Но тревога дезорганизует не только деятельность человека, она начинает разрушать личностные структуры. Поэтому своевременное проведение коррекционной работы, которая направлена на формирование адекватного поведения у детей дошкольного возраста позволит снизить уровень тревожности у детей дошкольного возраста.

Проблемами тревожности в психологической науке занимались С.Л. Рубинштейн, А.М. Прихожан и другие, но в настоящее время возросло количество факторов, вызывающих детскую тревожность, поэтому необходимо изучение этого эмоционального состояния.

В своей работе я остановилась на изучении особенностей тревожности как особого эмоционального состояния и ее проявлений в дошкольном возрасте, подобрали игры и мероприятия по работе с тревожными детьми.

Изучив теоретические положения о состоянии тревожности, я узнала, что тревожность это особое эмоциональное состояние, которое следует отличать от тревоги и страха. Я узнала, что деятельность человека в конкретной ситуации зависит не только от самой ситуации, от наличия или отсутствия у индивида личностной тревожности, но и от ситуационной тревожности, возникающей у данного человека в данной ситуации под влиянием складывающихся обстоятельств.

Эмоции играют важную роль в жизни детей дошкольного возраста: помогают воспринимать действительность и реагировать на нее. Проявляясь в поведении, они информируют взрослого о том, что ребенку нравится, сердит или огорчает его. Все, что характерно для тревожных взрослых, можно отнести и к тревожным детям. Обычно это очень неуверенные 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.

Я узнала, что многие психологи-исследователи тревожности у детей дошкольного возраста главной причиной возникновения тревожности у дошкольников считаются неправильное воспитание и неблагоприятные отношения ребенка с родителями особенно с матерью. Они подчеркивают, что главным источником тревог для старших дошкольников оказывается семья.

Причины детской тревожности могут иметь как генетические факторы развития, так и социальные (семья и общество). Отрицательные последствия тревожности выражаются в том, что, не влияя в целом на интеллектуальное развитие, высокая степень тревожности может отрицательно сказаться на формировании дивергентного (т.е. креативного, творческого) мышления, для которого естественны такие личностные черты, как отсутствие страха перед новым, неизвестным.

Тем не менее, у детей старшего дошкольного возраста тревожность еще не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий, а также можно существенно снизить тревожность ребенка, если педагоги и родители, воспитывающие его, будут соблюдать нужные рекомендации.

Материалы моей работы будут интересны воспитателям дошкольных учреждений и родителям дошкольников.