Влияния тревожности детей дошкольного возраста на готовность к школе.

Понятие «школьная зрелость» или «готовность» дошкольников не является для психолого-педагогической науки абсолютно новым. Например, А.И. Запорожец отмечал, что готовность к обучению в школе представляет собой целостную систему взаимосвязанных качеств детской личности, включая особенности её мотивации, уровни развития познавательной и аналитико-синтетической деятельности, степень сформированности механизмов волевой регуляции действий и т.д.

Ещё в 60-е годы ХХ в. Л.И. Божович указывала на то, что готовность к обучению в школе складывается из определённого уровня развития мыслительной деятельности дошкольника, его познавательных интересов, готовности к произвольной регуляции своей познавательной деятельности, социальной позиции. Она выделяет несколько параметров психического развития ребёнка, наиболее существенно влияющих на успешность его обучения в школе:

1) значимый уровень мотивационного развития, включающий познавательные и социальные мотивы учения;

2) достаточное развитие произвольного поведения;

3) определённый уровень развития интеллектуальной сферы

Готовность к школе – это не отдельные знания и умения, но их набор, в котором должны присутствовать все основные элементы, хотя уровень их развития может быть разным.

М.А. Панфилова считает, что готовность к школьному обучению предполагает определённый уровень не только умственного развития, но и сформированности необходимых качеств личности.

Н.И. Гуткина говорит о том, что традиционно в зарубежной психолого-педагогической литературе выделяется три аспекта школьной зрелости дошкольников: интеллектуальный, эмоциональный и социальный. Важно, что «интеллектуальная зрелость в существенной мере отражает функциональное созревание структур головного мозга».

Об эмоциональной зрелости судят в первую очередь по уменьшению импульсивных реакций ребёнка, а о социальной зрелости говорит его потребность в общении со сверстниками и способность выполнять роль ученика.

Л.В. Макшанцева включила в понятие школьной зрелости психическое, физическое, умственное и личностное развитие. Она определяет школьную зрелость как тот уровень морфологического, функционального и психического развития, при котором требования систематического обучения не будут чрезмерными и не приведут к нарушению здоровья ребёнка. Школьная зрелость рассматривается как синоним понятия «функциональная зрелость», которая означает соответствие степени созревания определённых мозговых структур, невропсихических функций условиям и задачам школьного обучения.

Д.Б. Эльконин в качестве основных показателей психологической готовности ребёнка к школе выделяет произвольность, умение совместно действовать для решения поставленных задач, развитие эмоциональной сферы.

Е.Е. Кравцова считает, что дети с высоким уровнем развития общения со взрослыми и сверстниками одновременно обладают хорошими показателями интеллектуального развития.

Н.В. Нижегородцева и В.Д. Шадриков выделяют учебно-важные качества (УВК) в структуре психологической готовности к обучению в школе. При этом к базовым УВК они относят мотивы учения, образное мышление, произвольность регуляции деятельности и др.

Таким образом, мы видим достаточно много совпадений между определением школьной зрелости в зарубежной науке и психологической готовности к школе в отечественной психологии и педагогике. В качестве основных показателей школьной зрелости ребёнка (готовности к школе) учёные выделяют интеллектуальную, эмоциональную и социальную зрелость (или готовность). Сам же термин «школьная зрелость дошкольников» в последние годы стал достаточно популярен в теории и практике дошкольного образования. Иными словами, говоря о школьной зрелости детей, мы обычно имеем в виду их психологическую готовность к школе.

Однако, по мнению М.Ю. Стожаровой, было бы не совсем верно рассматривать эти понятия как идентичные. Ведь само слово «зрелость», т.е. созревание ребёнка, предполагает, видимо, некое биологическое созревание его организма, в частности функциональное созревание структур головного мозга. Таким образом, мы подходим к понятиям «биологический» и «паспортный» возраст ребёнка, которые весьма часто не совпадают, а также к понятию «физическая готовность ребёнка к школе».

В.А. Якименко считает, что физическая готовность к обучению в школе есть важнейшая комплексная характеристика личности ребёнка старшего дошкольного возраста, облегчающая процесс его адаптации к школе и включающая в себя: положительные показатели состояния здоровья, развитие функциональных систем соответственно возрасту, высокий уровень физической подготовленности в целом и мелкой моторики в частности, а также высокий уровень самообслуживания и овладения культурно-гигиеническими навыками.

Итак, физическая готовность ребёнка к школе является тем основанием, на котором будет строиться его психолого-педагогическая готовность, и эти понятия невозможно рассматривать в отрыве друг от друга. Определив уровень физической готовности ребёнка к школе, и признав его удовлетворительным, мы можем интересоваться степенью его психолого-педагогической готовности.

Под интеллектуальной готовностью следует понимать требуемый уровень развития некоторых познавательных процессов: мышления, памяти, речи, внимания и т.д. Интеллектуальная зрелость в существенной мере отражает функциональное созревание структур головного мозга.

Современные исследования психологической готовности к обучению в школе делают акцент не столько на определенные показатели развития дошкольника, сколько на особенности поведения, произвольности в, едва поступивших в школу.

Интересующей нас стороной готовности к обучению является психологическая готовность к школе. Большинством авторов она определяется как необходимый и достаточный для освоения школьной учебной программы в условиях совместного со сверстниками обучения уровень психологического развития ребенка. Представления об основных паттернах психологической готовности и их значимости отличаются у разных исследователей.

Одним из важнейших итогов психического развития в период дошкольного детства и залогом успешного обучения в школе, является готовность ребенка к школьному обучению, от того, как он подготовлен.

Традиционно различаются следующие виды готовности ребенка к школе: психологическая, личностная, мотивационная, интеллектуальная, речевая, физиологическая, физическая и другие. Все эти виды в своей совокупности должны соответствовать должному уровню, который родители должны обеспечить своим детям наилучшим образом для их возможности обучаться и легко адаптироваться к новым условиям и требованиям школьного периода.

Предшествующий дошкольному периоду развитие, будет зависеть успешность его психологической готовности к школе, вхождения в режим школьной жизни, его учебные достижения, его психологическое самочувствие.

В работах Л.И. Божович выделяется две основных группы мотивов поведения, характерных для ребенка, готового к обучению в школе. Первая группа мотивов – широкие социальные мотивы. Ребенком руководит желание занять новую социальную позицию, открывающую доступ в мир взрослости.

Вторая группа – познавательные мотивы, перешедшие на качественно новый уровень, связанный с возникновением интереса к собственно познавательным задачам. Сочетание потребности в новом положении и новых знаниях лежит в основе особого новообразования, заключающегося в специфическом отношении ребенка к поступлению в школу.

Самооценка старшего дошкольника, готового к обучению в школе, характеризуется пониманием уровня своих умений, физических и нравственных качеств, отношения к себе окружающих и т. п. Она строится с опорой на нормы и оценки взрослого, переходя в самостоятельное оценивание себя, своих достижений и поступков. Завышенная и недифференцированная самооценка, напротив, выступает как показатель личностной неготовности к школе.

Эмоциональная готовность также является важным паттерном личностной готовности к школе. В основе появления новой эмоциональной реальности лежит способность разграничивать внешнее и внутреннее. Эмоциям дошкольника, готового к школе, присуща устойчивость, их источник – сам переживающий субъект, каковым ребенок начинает себя осознавать.

Для ученых, разделяющих представление о главенствующей роли интеллектуальной готовности, познавательная мотивация является частью познавательной деятельности и включается не в мотивационную, а в познавательную готовность.

Разрозненные представления об отдельных предметах и явлениях преобразуются в целостные знания действительности и возникают предпосылки к теоретическому мышлению, позволяющему видеть существенные закономерности и связи разных областей действительности.

Речевая готовность является также необходимым компонентом умственной готовности к школе. Она подразумевает сформированность фонематической, грамматической, синтаксической и других сторон речи; развитие ее номинативной функции. Изменения претерпевают и ее функция (речь становится средством обобщения, планирования и регуляции) и формы (появляется диалогичность и контекстность). Слово начинает выступать для ребенка в качестве единицы речи, а сама она становится особой действительностью.

Сформированность всех видов умственных способностей (сенсорных, интеллектуальных, творческих) выступает важнейшим критерием готовности ребенка к школе в исследования Л.А. Венгера.

Таким образом, к концу дошкольного возраста значительно меняются познавательные потребности и мотивы. Потребность в новых впечатлениях усложняется количественно и качественно. К шести годам ее центром становятся все более содержательные представления об объектах и явлениях. Значительно повышаются как динамические, так и содержательные характеристики познавательной потребности. С началом школьной жизни изменяется место ребенка в обществе. Переход от дошкольного детства характеризуется изменением места ребенка в системе доступных ему общественных отношений и всего его образа жизни. Социум накладывает на него обязательства и ответственность за учебную деятельность.

Эмоции и чувства возникают при взаимоотношении объекта и субъекта и зависят в первую очередь от особенностей личности. Также на изменения в эмоциональной сфере оказывают влияние особенности предмета, которыми они вызваны. Одни и те же явления, слова и объекты могут вызывать, в зависимости от различных обстоятельств, времени и свойств личности, разнообразные эмоции, возможно даже качественно противоположные.

Ощущения, которые человек получает посредством эмоций, дают возможность воспринимать окружающую действительность и реагировать на неё в соответствии с состоянием внутреннего мира и уровнем эмоционального восприятия. Следовательно, эмоции играют в жизни каждого человека одну из ведущих ролей. Здоровый взрослый человек научился в течение жизни контролировать свои эмоции, сдерживать их или проявлять, в зависимости от какой-либо конкретной ситуации.

Эмоции, которые испытывает ребёнок, менее скрыты и завуалированы, нежели у взрослого человека, так как маленький человек ещё не научился тщательно скрывать то, что он ощущает, и менять маски, как это делает взрослый с учётом определённых навыков и преследуемых результатов. Эмоции ребёнка являются особым видом информации, которая позволяет, проявив должное внимание, расшифровать то, что беспокоит или радует ребёнка, что он переживает в связи с чем-либо происходящим в его жизни.

Эмоциональный фон ребёнка не всегда может быть благополучным. Если настроение и поведение ребенка привлекают наше внимание тем, что он может быть подавлен, расстроен, не сдержан, рассеян, не уверен в себе или в отношении своих близких к себе, плохо идет на контакт или вообще не стремиться к, это может свидетельствовать о повышенном уровне тревожности.

При обнаружении данной проблемы следует как можно быстрее определить причины возникновения тревожности с целью оказания необходимой помощи по устранению факторов, беспокоящих ребёнка, и соответственно самой проблемы.

При недостатке информации и на страницах неспециализированной литературы понятия страха, тревоги и тревожности взаимозаменяются. Необходима их чёткая дифференциация.

Страх является эмоциональным состоянием, возникающим при наличии или в предвосхищении опасного или вредного стимула.

Страх различают с тревогой по нескольким основаниям: он включает в себя определённые объекты или события, а тревога считается общим эмоциональным состоянием; страх является реакцией на присутствующую в данный момент опасность, а тревога – на ожидаемую.

Тревога – переживание безобъективной угрозы. Тревожность же является устойчивым личностным образованием, сохраняющимся на протяжении достаточно длительного периода времени.

Тревожность – индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге его возникновения.

Рассматривается как личностное образование или как свойство темперамента, обусловленное слабостью нервных процессов.

Тревожность является эмоциональным настроем, в котором преобладают чувства беспокойства, опасения сделать что-то не так, не попасть под существующие общепринятые нормы и стандарты, не соответствовать необходимым требованиям. Основа, фундамент тревожности закладываются в раннем возрасте, развиваются из-за неразрешимых страхов ближе к семи, особенно к восьми годам.

Проявляется у всех по-разному, например, у людей с повышенным уровнем тревожности, как правило, постоянно присутствует чувство необъяснимого страха, неуверенности в себе, боязни, что может что-то случиться. Следовательно, такая личность не может быть способна к продуктивной деятельности, достижению успехов и поставленных целей, будет инертной.

Существует иной взгляд на проблему тревожности. Немецкий психиатр К. Леонгард считает, что повышенный уровень тревожности не является проблемой, так как это проявление акцентуации характера. По его мнению, примерно у 20–50% людей некоторые черты характера настолько ярко выражены, что при определённых обстоятельствах, оказывающих влияние на человека, могут приводить к однотипным конфликтам и нервным срывам. Исходя из классификации типов характеров и выделенных

К. Леонгардом двенадцати типов акцентуаций, существует тревожный тип характера, который обуславливается пониженным фоном настроения, опасением за себя, своих близких, нерешительностью. При этом важно отметить, что люди, относимые к данной группе, дружелюбны, самокритичны и исполнительны.

В категорию тревожных могут попадать дети, которые боятся вступать в контакт со сверстниками и взрослыми, не уверены в своих силах, не способны ориентироваться в верном построении общения в социуме. В отечественной педагогике детей с подобными особенностями называют застенчивыми, а в психологии относят к тревожной группе.

Г.Г. Аракелова рассматривает тревожность как черту личности, которая при условии взаимодействия с повышенной ситуативной тревожностью может привести в результате к усилению стресса, развитию дистресса и психосоматических заболеваний.

В свою очередь В.М. Астапов выделяет четыре вида детской тревожности: примитивную реактивность, тревожность разлуки, страх чужих и боязнь определённых событий или объектов. Они развиваются в хронологическом порядке, однако подвергается сомнению тот факт, что какая-то из них во взрослом возрасте исчезнет.

Тревожность может иметь немедленные последствия для развития ребёнка, а также есть вероятность того, что они могут проявиться спустя длительный период времени.

Тревожность можно рассматривать как черту характера, пессимистическую установку на жизнь, когда жизнь воспринимается полной угроз и опасностей. Таким образом, неуверенность и нерешительность порождают тревожность, которая в свою очередь формирует черты характера с преобладающими особенностями неверия в собственные силы, робость, склонность к колебаниям и сомнениям, немотивированное чувство опасности.

На сегодняшний день определённой точки зрения на причины возникновения тревожности не выработано, однако, большинство учёных, занимающихся изучением этой проблемы, сходятся в одном: одной из основных причин является нарушение детско-родительских отношений в детстве.

Психоэмоциональный фон окружающей среды ребёнка, любое событие, эмоциональное переживание, как острое, так и незначительное с точки зрения взрослого человека, может оставить определённый след в психике ребенка, оказать влияние на формирование его личностных качеств.

Следовательно, преобладание положительных эмоций в жизни ребёнка является очень важным аспектом, который нельзя недооценивать, заботясь о детях. Дети, растущие в гармонии, в атмосфере доброжелательности, чувствующие, что их любят, становятся более уверенными в себе, эмоционально защищёнными, то есть испытывают эмоциональное благополучие, которое способствует нормальному развитию их личности. Фундаментом, на котором основывается тревожность, являются жестокость и собственная тревожность родителей.

Ощущение чувства незащищённости, отсутствие у ребёнка осознания того, что родители даже ругая, всё равно любят и защитят его и делают это лишь с целью указать ребёнку на его ошибки для их исправления, являются основополагающими причинами в появлении проблемы тревожности. Первоочередными источниками тревожности являются внутреннее беспокойство, переживания отчуждённости, которые в свою очередь приводят к ощущению собственной беспомощности перед силами природы и общества.

Личностные и социальные факторы, прежде всего особенности общения в социальной среде, окружающей ребёнка, оказывают на него влияние. Если способ общения с ребёнком был неверно избран родителями, это может привести к тому, что тревожность станет устойчивой чертой личности. При общении родителей с ребёнком в авторитарном направлении большинство решений принимаются за ребёнка, навязываются взрослыми. В таком случае ребёнок становится неуверенным в себе, замкнутым, молчаливым, инертным, безынициативным, постоянно испытывает беспокойство по поводу своих действий, так как боится, что сделает что-то неправильно, иными словами, испытывает чувство тревоги, которое постепенно может перерасти в тревожность. Но существует и оборотная сторона медали ошибок в общении и воспитании.

Если общение носит либерально-демократический характер, то есть родители выслушивают мнение ребёнка, интересуются его взглядом на ситуацию, это, безусловно, положительно сказывается на самооценке малыша и развивает его самостоятельность. Однако важно, чтобы ребёнок чувствовал, что заинтересованность в его мнении вызвана не неуверенностью в себе со стороны родителей, а лишь уважением к нему. Также важно, чтобы груз ответственности, возлагаемый на ребёнка в связи с самостоятельностью, был ему под силу. Таким образом, когда тревожный ребёнок попадёт в ситуацию повышенной ответственности, его тревога обусловливается страхом не оправдать надежду. Необходимо не забывать, что одним из основных источников тревожности является неодобрение значимых людей.

Стрессовой ситуацией для ребёнка может являться новый брак одного из родителей. Помимо того что ребёнок находится между двух огней (отцом и матерью), зачастую выясняющих отношения и делящих его между собой, ребёнку приходится принимать новых членов семьи: отчима или мачеху, возможно сводных братьев или сестёр. Ребёнок может отказываться принимать нового родителя, прогоняя его, нанося материальный ущерб, проявляя агрессию по отношению к нему, ревнуя и не желая делиться с новым в его жизни человеком родным отцом или матерью. Безусловно, это тревожит его, заставляет переживать. Если вовремя не заметить, что ребёнок стал беспокойным, тревожным, легковозбудимым, неадекватным в реакции на слова и действия, которые раньше для него не имели значения, вероятнее всего это приведет к закреплению тревожного состояния.

Багаж с отрицательным опытом, который есть у каждого человека, память о неудачах, ошибках прошлого и многое другое может привести к различным нежелательным последствиям, одно из которых – высокая тревожность. Всё, что характерно для взрослых людей, прибывающих в тревожном состоянии, можно отнести и к детям. Как правило, дети, относимые к категории тревожных, постоянно испытывают чувство страха, внутренней дисгармонии, неуверенности в себе и своих силах. Выявление таких детей без специальных методик достаточно проблематично.

Внешне тревожные дети тихие, инертные, застенчивые, стараются не привлекать к себе лишнего внимания, послушные, дисциплинированные. С одной стороны, эти качества могут являться положительными, но нельзя забывать, что на самом деле в данной ситуации это защитная реакция, которая возникает из-за опасения ребёнка совершить ошибку, отклониться от норм, нарушить какие-либо правила. По мнению специалистов, мальчики более тревожены в дошкольном возрасте, а девочки – после семи лет. Девочки испытывают большее беспокойство по поводу взаимоотношений с другими людьми, переживают, что о них могут подумать. Мальчиков же наиболее волнуют мысли о родительском наказании за какой-либо совершенный проступок или физическая расправа со стороны сверстников.

Тревожность становится устойчивым личностным образованием только в подростковом возрасте, до этого времени она является производной широкого круга нарушений, берущих своё начало в семейных отношениях. У большинства детей, вне зависимости от наличия реально существующей угрозы, есть определённые области и объекты, которые вызывают повышенную тревожность, также она имеет ярко выраженную возрастную специфику. Важно отметить, что тревожность не влияет на умственное развитие в целом, однако она оказывает отрицательное влияние на развитие творческого потенциала. Это происходит из-за того, что у ребёнка страх перед чем-то новым, не созданным, не видимым ранее блокирует желание самостоятельного, независимого творчества.

Первые признаки потенциальной тревожности можно заметить уже в младенческом возрасте. Ребёнок акцентирует свое внимание на тех вещах, явлениях и событиях, которые обычно не волнуют ребёнка. Его могут беспокоить звук голосов, шум за окном, яркий свет, разнообразные посторонние звуки. Но если взрослые, отвечающие за нормальное воспитание и развитие ребёнка, предоставят ему широкое поле для активной самостоятельной деятельности, свободного перемещения, естественно под присмотром, одобряя и поддерживая малыша, то первичные проявления тревожности могут сгладиться и не развиться. Тревожное состояние в большинстве случаев дезорганизующе влияет на личность, снижая результативность деятельности, что отрицательно сказывается на ней. Однако существуют ситуации, в которых тревожность оказывает мобилизующее действие, но это можно отнести только к подростковому и старшему подростковому возрасту.

Одним из важнейших признаков, указывающих на наличие данной проблемы у ребёнка, является нарушение сна. Также к наиболее ярким проявлениям можно отнести страх утреннего пробуждения, когда ребёнок боится открывать глаза, наступающий день вызывает у него панику, капризность. Еще одним показателем наличия тревожности является частая смена страхов, испытываемых ребёнком. Ряд специалистов, занимающихся проблемой тревожности у детей, сходится во мнении, что предпосылкой к ней является повышенная чувствительность (сензитивность). Однако не каждый ребёнок с повышенной чувствительностью становится тревожным, во многом это определяет стиль детско-родительских отношений.

Дети, пребывающие в тревожном состоянии, зачастую с большим трудом адаптируются в детском учреждении. Они долго плачут в течение дня, не хотят идти на контакт с педагогом, отказываются от общения со сверстниками, замыкаются в себе. Указанные признаки говорят о формирующейся тревожности, и внимание взрослых должно быть обращено на данную проблему с особым тщанием – во избежание закрепления и перехода тревожности в устойчивую форму.

Таким образом, активно тревожность даёт о себе знать с началом подготовки к школе. Ребёнок, испытывающий повышенную тревожность, в ситуации, когда он не разобрался с темой, не понял смысла, не способен задать уточняющий вопрос, переспросить, будет отказываться отвечать, так как может испытывать стеснение по данному поводу, впадать в паническое состояние при оказании настойчивого давления выступать перед сверстниками и взрослыми. При перемене обстановки будет ощущать себя дискомфортно, неловко, испытывать стеснение и смущение. Ко времени поступления ребёнка в школьное учреждение у него происходит становление собственных психологических и характерологических качеств, следовательно, изменить что-то становится уже достаточно сложной задачей. Поэтому очень важно взрослым обращать внимание на детей с проявлением тревожности на ранних этапах развития, пока эти качества не оформились окончательно, а дети не овладели умением оставаться инертными, не замеченными взрослыми, поскольку это ведёт к большому количеству проблем, которые с возрастом будут увеличиваться и ещё прочнее закрепляться в психике.

# Литература

1. Аракелова Г.Г. Психофизиологический метод оценки детской тревожности // Психологический журнал. – 2012. – Т. 18. – № 2. – С. 102–113.
2. Астапов В.М. Тревожные расстройства у детей. Классификация тревожных расстройств // Прикладная психология. – 2012. – № 2. – С. 32–43.
3. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. – М., 1985. – 245 с.
4. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.Г. Зинченко. – 3-е изд., доп. и перераб. – СПб: Прайм-Еврознак, 2013. – 672 с.
5. Гуткина Н.И. Психологическая готовность к школе. – СПб.: Питер, 2013. – 354 с.
6. Запорожец А.В. Избранные психологические труды. Т. 1. – М.: Педагогика, 1986. – 323 с.
7. Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе. – М., 2011. – 287 с.
8. Макшанцева Л.В. Тревожность у дошкольников. Изучение и профилактика // Прикладная психология. – 2013. – №4. – С. 78–85.
9. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М.: Академия, 2012. – 656 с.
10. Мэй Р. Смысл тревоги / перевод с английского: М.И. Завалова, А.Ю. Сибуриной. – М.: Класс, 2011. – С. 215–221.