

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Говоря о проявлении тревожности, стоит отметить, что особое внимание данная проблема привлекает потому, что выступает в роли яркого признака школьной дезадаптации ребенка. Чувство беспокойства может стать причиной школьных неврозов, страха перед новой обстановкой и неумением приспособиться к ней, затруднения интеллектуального развития, трудностей в общении и установлении межличностных взаимоотношений с окружающими людьми.

Если рассматривать динамику развития школьной тревожности у детей младшего школьного возраста, можно проследить, что наибольшее беспокойство проявляется в первый год обучения, когда происходит адаптация ребенка к новой социальной роли, к новой социальной ситуации развития. Как правило, после завершения периода адаптации к школе и новому положению в жизни уровень тревожности нормализуется. Ко второму году обучения ребенок может уже вполне свободно ориентироваться в системе обучения.

Для тревожных детей характерно: постоянное беспокойство, трудность и в некоторых случаях невозможность сконцентрироваться на чем-либо, мышечное напряжение, раздражительность, нарушение сна. Тревожность возникает у детей младшего школьного возраста вследствие формирования отрицательного негативного опыта, который зависит от запоминания только ситуаций неуспеха, неумения адекватно оценить свои способности, взаимоотношений ребенка и родителей.

Важнейшим фактором развития и закрепления тревожности считаются детско-родительские отношения. Чаще всего чувство беспокойства возникает, когда ребенок находится в состоянии внутрличностного конфликта, которое характеризуется противоречивостью желаний, когда одно желание мешает другому, одна потребность не соответствует другой. Такая ситуация возникает, если:

- Требования родителей значительно завышены по сравнению с возможностями ребенка.
- Родители сами имеют повышенный уровень тревожности.
- Родители действуют непоследовательно в воспитании ребенка.
- Один или оба родителя чрезмерно эмоциональны.
- Родители склонны сравнивать достижения ребенка с успехами других детей.
- В семье преобладает авторитарный стиль воспитания.
- Родители гиперсоциальны.

Обучение ребенка управлять своим поведением – очень сложный процесс, так как тревожные дети чаще всего стремятся скрыть свои проблемы и переживания от взрослых. В таком случае желательно привлекать детей к совместному обсуждению беспокоящей его ситуации.

Рекомендации для родителей.

Прежде всего, родителям следует отмечать успехи своего ребенка. Это будет способствовать развитию доверительных отношений между родителями и ребенком. Не стоит применять по отношению к тревожному ребенку слова, которые могут унижать его достоинства.

Если ребенок в чем-то провинился не следует требовать извинений, такая ситуация может привести к озлоблению. Пусть лучше ребенок объяснит зачем он поступил конкретным образом в той или иной ситуации.

Полезно снизить количество замечаний и порицаний. У тревожного ребенка необходимо формировать чувство защищенности и уверенности, что можно сделать посредством ласковых прикосновений. Необходимо учитывать возможности ребенка и не завышать требования.

Не рекомендуется угрожать детям наказаниями, которые никогда не будут выполнены. Это лишь поспособствует развитию недоверия.

Родителям тревожного ребенка следует быть последовательными в воспитании, чтобы у него не формировались противоречивые установки по отношению к родителям и взрослым.

Также, общаясь с ребенком, не стоит подрывать авторитет других значимых для него взрослых.

Необходимо доверять ребенку и принимать его таким, какой он есть.