

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Кафедра общей психологии и конфликтологии

**«ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТРЕВОЖНОСТИ У
ДОШКОЛЬНИКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ»**

Направление «37.03.01 – Психология»

Выпускная квалификационная работа

Квалификационная работа
допущена к защите
Зав. кафедрой Л.А. Максимова
« ____ » _____ 2019 г.

Исполнитель:
Муравьева Мария Станиславовна
обучающийся БИ-51z группы

Научный руководитель:
Заусенко Ирина Викторовна -
кандидат психологических наук,
доцент кафедры общей
психологии и конфликтологии

Екатеринбург 2019

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДОШКОЛЬНИКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ	6
1.1. <i>Феномен тревожности в зарубежной и отечественной психологии</i>	6
1.2. <i>Особенности проявления тревожности в дошкольном возрасте и взрослом возрасте</i>	12
1.3. <i>Проблема влияния родительской тревожности на формирование тревожности у ребенка</i>	19
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1	24
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДОШКОЛЬНИКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ	25
2.1. <i>Организация и методы исследования</i>	25
2.2. <i>Количественный и качественный анализ полученных данных</i>	32
2.3. <i>Анализ и интерпретация результатов исследования</i>	37
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2	40
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	41
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	43
ПРИЛОЖЕНИЕ А	46
ПРИЛОЖЕНИЕ Б	48
ПРИЛОЖЕНИЕ В	49
ПРИЛОЖЕНИЕ Г	50

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время исследователи отмечают, что, в связи с быстрым темпом и ритмом жизни, новое детское поколение отличается беспокойством, неуверенностью, эмоциональными перепадами – общей тревогой. А.М. Прихожан были описаны особенности тревожности в детском возрасте как устойчивого личностного образования, которое сохраняется на протяжении длительного времени, имеет побудительную силу и устойчивые формы реализации в поведении.

Во многом, причинами формирования тревожности в детском возрасте выступают особенности семейного воспитания, а также индивидуально-личностных особенностей родителей ребенка. У взрослого человека, тревожность может выступать не в качестве ситуативной формы, а в качестве устойчивого личностного образования.

Личностная тревога в целом дезорганизует деятельность человека, с высоким уровнем личностной тревоги, целью человека становится выживание в условиях кажущейся ему потенциальной опасности. В целом личностная тревога характеризует угнетенное психологическое состояние личности. Таким образом, у родителей с высоким уровнем личностной тревоги, семейная обстановка дома характеризуется, как ситуация повышенной опасности, и ребенок воспринимает родительское ощущение мира.

Фактор семейного воспитания в формировании тревожности у дошкольников был выделен С.В. Ковалевым, и А.И. Захаровым. В. С. Мухина, Л.И. Божович, дополняют эти представления тезисами о том, что ребенок подвержен отрицательным воздействиям, и одним из условий формирования тревожности у дошкольника является микроклимат семьи. Однако, большинство авторов склоняются к рассмотрению семьи уже как единого механизма, не изучая влияния отдельно каждого родителя на формирование тревожности ребенка. На наш взгляд, является актуальным расширить представления о данной проблеме, направив исследование не на

«семейное воспитание», а на тревожность родителя, как причину, по которой развивается тревожность у дошкольников. Этим обусловлена *актуальность* нашего исследования.

Всё вышесказанное послужило основанием для определения его цели, объекта и предмета.

Цель исследования: выявить взаимосвязи показателей тревожности у дошкольников и их родителей.

Исходя из поставленной цели, мы обозначили перед собой следующие задачи:

1. Исследовать теоретические аспекты представлений о феномене тревожности в зарубежной и отечественной психологии;
2. Теоретически изучить особенности проявления тревожности в дошкольном возрасте и взрослом возрасте;
3. Теоретически рассмотреть проблему влияния родительской тревожности на формирование тревожности у ребенка;
4. Экспериментально изучить показатели тревожности у дошкольников и их родителей;
5. Определить взаимосвязь показателей тревожности у дошкольников и их родителей. Сформулировать полученные выводы.

Объект исследования: тревожность у дошкольников и их родителей.

Предмет исследования: взаимосвязь показателей тревожности у дошкольников и их родителей.

Гипотеза исследования существует взаимосвязь между уровнем тревожности родителей и уровнем тревожности их детей.

Методологическую основу исследования составили теории тревожности К. Хорни, С. Салливен, З. Фрейд и др. Проявление тревожности у дошкольника и взрослых были рассмотрены нами в работах Э.Г. Абакаровой, С.В. Андерсона, А.М. Прихожан и др.

Влияние родителя и семейного воспитания на формирование тревожности у ребенка изучено в работах И.М. Балинского, Н.В. Мазуровой, Ю.А. Трофимовой, И.В. Иларионовой и др.

Методическую основу исследования составили: методика «Опасения и страхи у детей» А.И.Захарова, методика «Выбери нужное лицо», Тэммл Р., Дорки М., Амен В, тест Спилбергера-Ханина на эмоциональную и личностную тревожность.

Методы математической статистики: проверка на нормальность распределения Колмогорова-Смирнова, метод корреляционного анализа данных Спирмена.

Практическая значимость исследования - анализ проблемы влияния родительской тревожности на формирование тревожности у дошкольников, позволит при работе тревожными детьми, рассматривать в качестве формирующих факторов личность родителя.

Научная значимость исследования обусловлена систематизацией материалов по проблеме тревожности, и проявлений тревожности у дошкольников и взрослых. А также, формулированием новых теоретических положений, о том, что причиной тревожности дошкольника, выступают тревожность родителя, как его индивидуально-типологическое свойство.

Исследование проводилось на базе МАДОУ № 32 города Екатеринбурга, среди 20 дошкольников (4-5 лет), и их родителей, 20 человек, в возрасте от 28-42 лет. Общая выборка 40 человек.

ГЛАВА 1. ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДОШКОЛЬНИКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

1.1. Феномен тревожности в зарубежной и отечественной психологии

В начале нашего теоретического исследования, мы определим основные общие понятия. В данном подпункте будет рассмотрено понятие тревожности в зарубежной и отечественной психологии.

Тревожность – это индивидуально психологическая особенность переживать человеком сильную тревогу вне зависимости от обстоятельств [17,с.65].

Тревожность, как состояние, свойственна каждому человеку, и причины, по которым возникает тревога совокупно между собой. Низкий уровень тревоги способен мобилизовать силы в достижение цели, высокая тревожность, или тревога, как свойство личности, действует обратно и может привести человека к отчаянию. Тревожность, взаимосвязана с некой определенной ситуацией и имеет место быть почти всегда. Это состояние сопровождает человека при всяком виде деятельности. Таковы основные характеристики тревожности.[30]

В зарубежной психологии выделяются два взгляда на природу тревожности: тревога как изначально присущее человеку свойство или тревога как реакция на враждебные стимулы.

Впервые феномен тревожности стал изучаться в психоаналитических кругах и психиатрами. З. Фрейд рассматривал тревожность как врожденное свойство личности, или присущее человеку изначально состояние.[24]

Школа неопрейдистов, с таким ярким представителем, как К. Хорни, также изучали феномен тревожности. В представленной теории неопрейдистов, тревога является итогом искаженных, неверных человеческих отношений, или неудовлетворенных потребностей в

отношениях людей. Существуют 10 невротических потребностей, представленных ниже в таблице 1. [11,с.54]

Таблица 1

Невротические потребности личности по К. Хорни

Избыточная потребность	Проявления в поведении
1. В любви и одобрении	Постоянное устремление быть любимым и предметом преклонения со стороны других; чрезмерная чувствительность и восприимчивость к оценочному суждению, отвержению или неприязненному отношению
2. В руководящем партнере	Сильная зависимость от других людей и страх услышать отказ или оказаться в состоянии одиночества; переоценка любви – твердая вера в то, что любовь способствует решению любых проблем.
3. В четких ограничениях	Жизненный стиль, при котором первоочередное значение имеют ограничения и определенные правила; неприхотливость, отсутствие в сознании мотива избыточности и подчинение другим
4. Во власти	Доминирование, и контролировать других как самоцель; чувство превосходства.
5. В эксплуатации других	Опасение быть используемым людьми или боязнь выглядеть в их глазах человеком с низким интеллектом, но нежелание предпринимать действия во избежание таких ситуаций.
6. В общественном признании	Желание быть предметом восхищения; самопредставление созависимо с общественным принятием
7. В восхищении собой	Стремление к созданию идеального образа себя, лишённого недостатков и изъян; потребность в комплиментах и лести.
8. В честолюбии	Сильное стремление быть первым, несмотря на последствия; страх неудачи
9. В самодостаточности и независимости	Уклонение от любых отношений с обязательствами; соблюдение расстояния от всех и вся
10. В безупречности и неопровержимости	Желание быть морально непогрешимым и безупречным во всех отношениях; поддержание впечатления совершенства и добродетели

Схожие взгляды имел на феномен тревожности С.Салливен, который также рассматривал тревожность, как фактор определяющий развитие личности. Суть «межличностной теории» в том, что личность не может быть изолирована от других, начиная с контакта с матерью личность, в период всей жизни вступает в межличностные отношения.[28] Продукт этих отношений – тревога, или беспокойство. Она возникает в результате вступления личности в неблагоприятные отношения, или социальную среду. Беспокойство становится потребностью и определяющим фактором поведения.

Д. Льюис, Б. Босселмен, Д. Байрон в своих исследованиях, связывали тревогу наряду с возникновением страха, то есть здесь тревога невротическая реакция, обусловленная внешними условиями и внутренними стимулами. Здесь тревога выступает психическим состоянием, формой проявления страха.[9, с.90] Во внешнем поведении, переживания тревожности заметны в виде волнений, беспокойств, смятений. Здесь тревожные состояния связываются со слабостью нервной системы и ее хаотичностью.

Р. Кэттел, в свою очередь Ч. Спилбергер, С. Сэразон первыми выделили различия тревоги как состояния и свойства личности. Здесь тревога, как эмоциональное состояния, с характерным для него ощущением напряжения. В определении тревоги как свойства, авторы отмечают ее как черту личности, со склонностью к частому необъективному ощущению угрозы своему Я в различных ситуациях, и последующей на них реакций тревоги.

Ряд авторов, рассматривал тревогу в комплексе со страхами, аффектами, и аффективно-когнитивными компонентами: враждебность, страдание, стыд, вина и т.д.[13]. Здесь определяется дифференцированная теория К.Изарда, где тревожность - это совокупность доминанты эмоции страха и фундаментальных эмоций: страдание, гнев, вина, стыд, интерес. Характерная фундаментальная эмоция определяет вид тревожности:

социальный или моральный. Тревожность здесь является результатом межличностных отношений.

В отечественной психологии также изучалась проблема тревожности, как ситуативного явления или личностной характеристики с учетом переходного состояния и динамики. Приведем, некоторые определения, выделенные в отечественной психологии по феномену тревожности.

«Тревожность – это постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние беспокойства, испытывать страх и тревогу, в специфических социальных ситуациях» - по определению Р.С. Немова. [17,с.23]. Такие исследователи, как Г.Г. Ареклов, Н.Е. Лысенко, отмечают, что тревожность - это как состояние в ограниченный момент времени, так и устойчивое свойство человека. В отечественной психологии в исследованиях принято четко разделять тревожность, связанную с конкретной ситуацией, и тревожность как свойство личности. По определению А.М. Прихожана, тревожность – это переживание эмоционального дискомфорта, которое связано с ожиданием неблагоприятия или предчувствием опасности. [12,с.22]

В. В. Давыдов трактует тревожность, как индивидуальную психологическую особенность, состоящую в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и таких общественных характеристиках, которые к этому не предполагают. [22,с.4] А.В. Петровский определил тревожность, как склонность к переживанию тревоги, у таких индивидов низкий порог возникновения реакции тревоги. Повышенная тревожность проявляется при нервно-психических заболеваниях, психосоматике, при переживании психотравм, при общем неблагоприятии личности.[35]

По мнению Выготского Л.С., тревожность – это длительное, глубокое эмоциональное переживание, которое связано с жизненно-важными потребностями и стремлениями индивида [19,с.28]

Таким образом, выделяется три подхода к изучению тревожности: тревожность как эмоциональное состояние, тревожность как черта личности,

или тревожность как свойство темперамента. Также они делятся на социальный и биологический подходы.

Психофизиологическая теория тревожности. Тревога – это часть стресса, то есть тревога – это физиологические и психологические особенности личности. В.В. Суворова определила стресс, как психологическое напряжение, возникающее в трудной ситуации. В.С. Мерлин, в свою очередь, отметил, что стресс – это психологическое напряжение, возникающее в трудной ситуации. Однако стресс и тревожность, это разные состояния, поскольку тревожность проявляется и вне напряженной ситуации [15]. Предполагают, что наличие тревоги в состоянии стресса связано с ожиданием опасности или его предчувствием, различным по эмоциональной насыщенности в зависимости от объекта тревоги: от своей несостоятельности, от обстоятельств реальности, от других людей. Важным является, то что данная тревога имеет реальное ситуативное обоснование. В свою очередь, И.В. Имададзе прямо связывает состояние тревоги с предчувствием фрустрации, здесь тревога возникает при антиципации ситуации, содержащей опасность фрустрации актуализированной потребности [17]. В данной концепции стресс или фрустрация, включают в себя понимание тревоги.

Через призму психофизиологической концепции, Б.М. Теплов изучал связь нервной системы и тревоги, им была отмечена взаимосвязь между тревогой и чувствительностью нервной системы. Данное экспериментальное исследование подтверждено в исследовании В.Д. Небылицына, где исследовалась предположение о связи высокого уровня тревожности со слабым типом нервной системы.[25,с.88] В этой же концепции были осуществлены исследования тревоги Павловым.

Социальная теория тревожности. В отечественной психологии, тревожность рассматривают через призму самооценки, так, например, неадекватно высокая самооценка, сложившаяся как результат воспитания завышенных ожиданий взрослого от ребенка, является, своего рода,

индикатором тревоги[31]. Изначальная тревога, ситуативная и связана с предстоящими препятствиями, по мере неадекватного отношения к себе и своим возможностям, она становится чертой личности – тревожностью, когда опасность или неприятность ожидается в любом случае. В исследованиях Л.С. Славиной описывается данный социальный феномен, когда исходное образование тревога, в результате неблагоприятных условий жизни, процесса общения и деятельности, становится чертой личности - тревожностью.

Существует концепция явлений тревожного ряда, предложенная Ф.В. Березиным, в которой выделены эмоциональные состояния, закономерно сменяющие друг друга по мере нарастания состояния тревоги: ощущение внутренней напряженности, раздражительность, собственно тревога, страх, ощущение неотвратимости надвигающейся катастрофы, тревожно-боязливое возбуждение. Этот подход позволяет провести различия между конкретным страхом, как реакцией на объективную, однозначно понимаемую угрозу, и иррациональным страхом, возникающим при нарастании тревоги и проявляющимся в опредмечивании, конкретизации неопределенной опасности. При этом объекты, с которыми связывается последний, не обязательно отражают реальную причину тревоги, действительную угрозу. В этом плане тревога и страх отличаются друг от друга, но тревога предшествует иррациональному страху [26,с.11].

В ходе теоретического анализа исследований отечественных и зарубежных авторов, по проблеме тревожности, следует, что тревожность рассматривают, как:

- психологическое явление;
- индивидуальную психологическую особенность личности;
- склонность человека к переживанию тревоги; состояние повышенного беспокойства.

Тревожность, как свойство личности, изучалась среди зарубежных и отечественных психологов, в концепциях Р. Кэттела, Ч. Спилбергера, С. Сэразон, Р.С. Немова, Г.Г. Ареклова, Н.Е. Лысенко, А.В. Петровского, Л.С.

Выготского, идеями данных авторов мы будем руководствоваться в нашем исследовании. Тревожность как свойство личности – это склонность к частому необъективному ощущению угрозы своему Я в различных ситуациях, и последующей на них реакций тревоги. Когда ситуация носит объективный характер угрозы – тревожность становится адекватной реакцией, или ситуативной тревожностью. Таким образом, тревожность - свойство человека приходит в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в связи с определенной ситуацией.

1.2. Особенности проявления тревожности в дошкольном возрасте и взрослом возрасте

Для гармоничного развития личности необходимы условия, которые будут формировать базовое доверие к миру, чувство защищенности, чувство безопасности и покоя. Данные чувства закладываются еще во время внутриутробного развития и полностью формируются к 3 годам [34, с.57] (но некоторые исследователи считают, что к 1,5 годам (С.В.Ковалев)). Индивид со сформировавшимся базовым недоверием (базовая тревога) к миру имеет высокий уровень тревожности, неадекватную самооценку, невозможность выразить свои желания, страх быть отвергнутым и многое другое. Базовая тревога часто отражается на взаимоотношениях в семье, на методах и стилях воспитания, образуя порочный круг, тревожные родители воспитывают себе подобных тревожных детей. Вырваться из этого круга сложно, зачастую это длится из поколения в поколение [14, с.15]. В настоящее время, в условиях социальной изменчивости, на современного ребенка льется огромный поток неблагоприятных факторов, которые могут не только затормозить развитие потенциальных возможностей индивида, но и вызвать регресс. Поэтому большое внимание вопросу воспитания здорового современного поколения, особое положение в связи с этим занимает изучение тревожности в работах отечественных психологов и психотерапевтов, которые указывают на рост

числа детей с разнообразными страхами и фобиями, повышенной возбудимостью и тревожностью[3, с.1]

Л.С. Выготский, исследуя аффективные эмоции в плане их воздействия на развитие индивида на различных стадиях онтогенеза, ссылаясь на особенно значимое их влияние для развития ребенка, разделяя переживания на продуктивные и непродуктивные. По мнению Льва Семеновича, характер аффективного переживания формируется тем, как ребенок сознает воздействующие на него условия. [6, с. 55]. Тревожность как явный эмоциональный настрой с господствующим чувством страха и беспокойства, боязнь сделать неверный шаг, не соответствовать общественным нормам и правилам. Тревожность развивается ближе к 7 - 8 годам при накоплении большого багажа неразрешимых и тянущихся из более раннего возраста страхов [2, с. 18]. Главная и основная причина тревог для дошкольников и младших школьников является семья. Выявлено, что уровень тревожности у девочек и мальчиков, а также интенсивность переживания эмоционального дискомфорта, имеют различия.

Детская тревожность выражается в отрицательном эмоциональном фоне ребенка, определяется подавленностью, неконтактностью, плохим настроением, удивлением, страхом, непониманием. Ребенок практически не улыбается или делает это наигранно (искаженно), тело осунувшееся тело, лицо выражает грусть или имеет нейтральное выражение.[33,с.28] Неуверенный в себе ребёнок, склонный к колебаниям, неуверенный в истинности чего -либо, боязливый, тревожный, робкий, несамостоятельный, нередко инфантилен, податливый, восприимчивый. Такой ребенок предчувствует опасность от других, ожидает нападения, обидных шуток. Он зачастую не справляется с поставленными задачами в игре, с делом. Это вызывает образование реакций психологической защиты в виде деструктивного поведения, направленного на других, или замкнутости [17, с. 10].

Тревожные дети имеют склонность к «вредным привычкам» невротического характера: сосут пальцы, кусают губы, грызут ногти, выдергивают волосы, грызут ручки, занимаются онанизмом. Манипуляция с собственным телом снижает у них эмоциональное напряжение.[7,с.15]

На данный период времени актуальна проблема тревожности детей дошкольного возраста. Этот факт подтверждают современные исследования. Абакарова Э.Г. провела исследование тревожности детей 5-7 лет в условиях дошкольного образования. Исследование проведено в дошкольных учреждениях города Ставрополя, ДООУ №1, №34, №43. Было обследовано 350 детей от 5 до 7 лет.[1]

По полученным результатам 42% детей имеют высокий уровень (если сравнить с исследованием 1998 года Макшанцева Л.В., то эта цифра была 18,5%, тревожности, 43% средний уровень тревожности - 75% и низкий 15% (1998г.-6,5%). Четко прослеживается корреляция пола с уровнем тревожности. Мальчики более тревожные в дошкольный период по исследованию [22, с. 9].

На основе своих результатов, получив 85% обследуемых с аномальной тревожностью для данного возраста, Абакарова Э.Г. делает выводы о нестабильности психического и психологического здоровья у детей уже на дошкольном этапе и необходимости разработки и внедрения психокоррекционных программ.[1, с.5]

Также можно обратиться к очень скрупулёзной работе Андерсон С. В. «Изучение страхов и тревожности у детей старшего дошкольного возраста», работа имеет очень точное описание по каждой взятой методике и очень высокие показатели страхов и тревожности[16]. Например, он отмечает у девочек дошкольного возраста страх одиночества 100%, а у мальчиков 90%, страх темноты у 90% девочек и 60%-мальчиков, подробнее можно ознакомиться в работе самого Андерсона С.В. Проведенное им исследование на основе метода опроса по Т.М. Титаренко и Г.П. Лаврентьевой выявил следующее: по средней группе у детей низкий уровень тревожности выявлен

у 20% мальчиков и 30% девочек; средний уровень тревожности у 80% мальчиков и у 50% девочек ; высокий уровень тревожности только у двух девочек, что является 20% обследуемых. Исходя из вышеописанных и других данных представленных в описании исследования, Андерсон С.В. делает выводы, что детские страхи и тревоги заслуживают самого пристального изучения. Автор выступает за более раннее устранение фобий и тревог с целью предупреждения появления неврозов как психогенного заболевания, в условиях формирования личности ребенка.[3]

Взрослый человек ежедневно встречает огромное количество факторов, которые могут спровоцировать тревожные состояния. Стоит отметить некоторые из факторов:

- Возрастные периоды, когда уровень тревожности возрастает (кризиса среднего возраста, климакса у женщин, рождение ребенка, вступление в брак)
- Сфера профессиональной деятельности. Работа в условиях постоянных стрессовых ситуациях, переутомление, ненормированный рабочий график, недосыпанием (работа типа «Человек-человек», службы спасения, службы психологической помощи и т.д.)
- Тревога при необходимости публичных выступлениях, в малознакомом обществе, в неоднозначной ситуации.
- Частая смена сексуального партнера. Это также влечет за собой тревожные состояния. Чаще проявляется у мужчин.

Поэтому, если человек постоянно чувствует тревогу, то с этим состоянием необходимо бороться.

Существует два основных типа тревожности:

- Ситуативная тревожность. Она является отражением конкретной ситуации, которая реально вызывает беспокойство у большинства индивидов и является относительной нормой. Данное состояние является своеобразным мобилизирующим механизмом

- Личностная тревожность. Может являться характерной чертой индивида. Для нее свойственны стабильные переживания тревоги в разнообразных ситуациях, даже в тех, которые объективно к этому не располагают.

Становится очевидным, что тревожность одного члена семьи отражается на всей семейной системе. Методы воспитания, структура взаимодействия в семье, стадии любви, методы коммуникации - на всё накладывает отпечаток тревожность, хотя бы одного члена семьи, особенно на тонкую и гибкую психику детей.

Существует понятие - «семейная тревога». В него заключают ощущение тревоги у одного или у пары партнеров (а бывает у всех членов семьи), нередко плохо сознаваемое и плохо локализуемое. Признаком этого вида тревоги являются: частые опасения, сомнения, страхи, касающиеся, в первую очередь, здоровья членов семьи, их самовольных отлучек и несвоевременных возвращений, ссор и конфликтов, возникающих в семье. Тревога этого типа чаще всего не распространяется на внесемейные сферы – на профессиональную деятельность, межсоседские отношения или родственные и т. п. Фундаментом «семейной тревоги», как правило, является неосознанная неуверенность индивида в каком-либо наиболее для него важном этапе семейной жизни. Это может быть неуверенность в чувствах партнера, неуверенность в себе. Человек вытесняет чувство, которое проявляется в семейных отношениях и которое не вписывается в его представления о самом себе.

Главными элементами «семейной тревоги» являются: чувство протрации и ощущение бессилия в семейной жизни. Часто встречающиеся высказывания индивидов с «семейной тревогой» красочнее всего выражают как раз эту сторону данного состояния. Характеризуя свою семью и взаимоотношения в ней, индивиды часто говорят такие высказывания: «Чувствую, что, чтобы я не сделал, все равно будет плохо», «Зачастую ощущаю себя бессильным», «Дома я чувствую себя дискомфортно», «Я часто

хотел(а) бы иметь слушателя, но с кем поделиться?!», «Стараюсь сделать хорошо, а оказывается, как всегда». Человек с семейно-зависимой тревогой не чувствует себя важным лицом в семье, без какой-либо зависимости от того, какую роль он в ней занимает и насколько активен в окружающей обстановке.[32, с.55] Женщина, которая реально выполняет всю работу по дому, обеспечивающая жизнь семьи, на вопрос о своем положении в семье отвечает: «Я думаю, если я вдруг исчезну, то этого никто не заметит». Такое обусловленное состояние семейными взаимоотношениями, как показывают исследования, во взаимодействии с характерными особенностями индивида (в частности, явной сенситивной, психоастенической, реже – лабильной акцентуацией) являются главным фактором, который способствует возникновению обсессивно-фобического невроза [32, с. 87]. Отметим взаимосвязь данного состояния семьи в этиологии острых аффективных реакций, в возникновении реактивных психозов, а также реактивной депрессии. Тревога, которая семейно-обусловлена, является в этих обстоятельствах как «фактор почвы», содействуя внезапному увеличению реакции на патогенную ситуацию.

Исследование семейной системы настолько актуальны, что в России открываются целые исследовательские площадки и центры. Так в 2008 году была открыта в Москве городская научно-методическая площадка по работе с молодыми семьями «Молодежный центр «Марьино»», где в 2017 году Д. Г. Сороков, Е. Г. Дунаева провели исследование «универсальных показаний психологического состояния семейных систем молодых москвичей (имеющих детей дошкольного возраста)». Из проделанной работы видно, что семейная тревожность в большинстве случаев отсутствует в гармоничных и внутренне сплоченных семьях, которые удовлетворены своим браком в высшей степени. А в дисфункциональных, напротив.[23, с.12]

М.П. Билецкая, Т.В. Купреничева исследуют «Патологизирующий стиль воспитания и семейную тревогу в семьях детей, больных гастроудоденитом». Из исследования видно, что патологизирующий стиль

воспитания является часто встречаемым в семьях с детьми, страдающих гастродуоденитом. Эти семьи являются дисфункциональными. Им присущи: симбиотические детско-родительские отношения, накопление дисфункциональных паттернов взаимодействия членов семьи, фиксация всех членов семьи на симптомах болезни ребенка, наличие тревоги, как на индивидуально-личностном, так и на семейном уровне.[5]

Научных работ и исследований на тему семейной тревожности и влияния семейной тревожности на различные сферы жизни человека большое количество, практически все исследования не старше 10 лет, значит тема пользуется спросом. Отмечается влияние семейной тревожности не только на психологическое здоровье ребенка, растущего в такой семье, но и на каждого отдельного ее члена, а также влияние тревоги на взаимодействия индивида с социумом. Например, С. В. Карпова, И. М. Марусенко, А. А. Васьков провели исследование «Семейная тревога как фактор, способствующий профессиональному выгоранию врача». По мнению авторов, синдром профессионального выгорания врача, является результатом сложного взаимодействия личностных особенностей индивида, ситуации его межличностных отношений; а учет феномена семейной тревоги поможет избежать чрезмерной эмоциональной перегрузки.

Подводя итог, следует отметить, что в современное время стабильность перестала быть неотъемлемой частью жизни, наступило время постоянных изменений и тревог. Это прослеживается в тенденциях современных исследований, чувствуется на законодательном уровне и даже экономическом (отсутствие долгосрочных программ реализации у глобальных корпораций). В семейной сфере все чаще и чаще встречаются два тревожных индивида, их взаимоотношения носят реактивный характер, который обостряется в стрессовых ситуациях. Эти семьи склонны «эмоционировать», усиливать тревоги друг друга и резонировать их. Когнитивный ресурс в этих ситуациях является недоступным - до тех пор, пока один из индивидов не возвратит самоконтроль. Такая модель поведения

неизбежно отражается на детях, каждом члене семьи и на всей семейной структуре.

1.3. Проблема влияния родительской тревожности на формирование тревожности у ребенка

Причины тревожности дошкольника кроются в способах коммуникации родителей с ребенком. Зачастую способы взаимодействия в семье могут способствовать формированию тревожности у ребенка. Например, высокая вероятность воспитать тревожного ребенка, при осуществлении воспитания по типу гиперпротекции. Гиперпротекция - это чрезмерная забота о ребенке. В таком случае взаимодействие взрослого с ребенком имеет авторитарный характер, вследствие чего, он теряет уверенность в себе и в своих силах, он зачастую опасается оценочных суждений в его адрес, приобретает чувство беспокойства, считает, что он делает что-то не по правилам, т.е. испытывает чувство тревоги, которое может зафиксироваться и деформироваться в стабильное личностное образование - тревожность.

Если воспитывать по принципу гиперопеки в сочетании с симбиотическими отношениями с ребенком, обычно с матерью. То в этой ситуации взаимоотношения взрослого с ребенком могут быть, как авторитарным, так и демократичным. К постановке данных отношений с ребенком склонны родители с определенным набором характерных черт - мнительные, боязливые, неуверенные в себе, тревожные. Установив тесный эмоциональный контакт, такой родитель награждает своими фобиями и страхами сына или дочь, при этом способствуя формированию тревожности [18]. Например, существует количества страхов и фобий у детей и их родителей, особенно остро прослеживается в отношении матерей. Чаще всего страхи, которые испытывают дети, были у их матерей в детстве или проявляются на данный момент. Мать, которая находится в состоянии

тревоги, непроизвольно пытается оберегать ребенка от событий и факторов, которые, так или иначе, напоминают о ее страхах и тревогах. Также каналом передачи беспокойства является забота матери о ребенке, состоящая из тысячи предчувствий, тревог и опасений [4, с. 55]

Катализатором тревожности ребенка могут быть такие факторы, как чрезмерные требования со стороны родителей и воспитателей, так как они стимулируют ситуацию хронической неуспешности. Сталкиваясь с непрерывными расхождениями между реальными возможностями и той высокой планкой, которая установлена взрослыми, ребенок ощущает беспокойство, которое перетекает в тревожность.

Еще один фактор, который способствует развитию тревожности, - это частые высказывания неодобрения, вызывающие чувство вины. В такой ситуации ребенок часто испытывает страх - оказаться виноватым перед взрослыми. Часто бывает, что большое число страхов обусловлено сдержанностью родителей в выражении чувств и эмоций при наличии многочисленных предостережений от опасностей. Чрезмерная строгость родителей тоже способствует к формированию страхов. Однако это происходит только в отношении родителей того же пола, что и ребенок, т. е., чем больше ставит запретов мать дочери или отец сыну, тем более вероятно появление у них страхов. Ежедневно мы слышим, как не задумываясь, родители внушают своим детям страхи самостоятельно, подкрепляют чувство незащищенности и безысходности, выражая это в угрозах: «Вот придет сейчас дядя полицейский и заберет тебя», «Ну все я пошла, оставайся один», «не ходи туда, там бабой».

Стоит отметить, что полное ограждение детей от негативных факторов и среды, не является выходом и адекватным решением. Детям необходимо соприкосновения с ними, при родительской поддержке, также родитель должен уметь объяснить свое эмоциональное состояние ребенку, а не скрывать его.[27] Данное поведение покажет ребенку, что мир в целом

безопасен и с любыми трудностями можно справиться. Это позволит формировать уверенность в себе и психологическую устойчивость.

Из выше сказанного, можно сделать вывод, что дети тревожных родителей не обречены на повтор «тревожной жизни», хотя возможность ее повторить высока. Для того, чтобы дети и родители получали своевременную помощь необходимы статистические данные, всесторонний разбор проблемы, программы коррекции и помощи для родителей и детей и в целом семьи.

Н. В. Мазурова, Ю. А. Трофимова в научной статье «Взаимосвязь тревожности детей дошкольного возраста и стиля семейного воспитания» в журнале по вопросам современной педиатрии делится результатами своих исследований. Авторы считают, что в дошкольном периоде активно формируется личность ребенка, он попадает в обширный круг социальных отношений, модифицируются и усложняются задачи, которые нужно решать ежедневно. Наиболее часто встречаемой эмоциональной проблемой детей 3-7 лет является тревожность как мысленно осуществимый предвестник психоневротического расстройства. Целью их исследования было изучение характера тревожности и основные причины ее возникновения у дошкольников для определения программы психологической коррекции. Было обследовано 68 детей, 68 матерей и 22 отца. В работе использовали методы: наблюдение, проективные и тестовые методики, беседа. В результате оказалось, что у каждого третьего ребенка имеется повышенный уровень тревожности. Тревогопорождающие ситуации чаще всего взаимосвязаны с нарушением чувства защищенности ребенка в семье. Выявлена связь деструктивных типов родительского поведения и высокого уровня тревожности детей. Н. В. Мазурова, Ю. А. Трофимова делают уклон на необходимость снижения тревожности детей, в условиях гармонизации родительских установок в соответствии с возрастными и психологическими особенностями ребенка. В статье также отмечено, что сроки и план работы реабилитации должны устанавливаться, на основе анализа соматического и

нервно-психического состояния ребенка, социальной ситуации развития.[21,с.82]

Обратимся к еще одному информативному исследованию. Иларионова И.В. «Исследование проявлений тревожности у детей дошкольного возраста в аспекте детско-родительских отношений». Ее статья раскрывает проблему тревожности в дошкольном периоде и ее корреляцию со стилем родительского взаимодействия. Представлены итоги изучения отличительных свойств тревожности у дошкольников 3х возрастных групп (4-5, 5-6 и 6-7 лет); выделены тревогopождающие совокупности обстоятельств, характерные для всех обследуемых групп и специфичные для детей с разными индексами тревожности; рассмотрены особенности проявления тревожности в зависимости от характера детско-родительских взаимоотношений. Иларионова И.В. считает, что основополагающим источником негативных чувств для детей дошкольного возраста с высоким уровнем тревожности является сфера семейных отношений. Также Инна Валерьевна более подробно рассматривает особенности проявления тревожности у дошкольников в другой своей работе «Особенности проявления тревожности у детей 4-7 лет», в этой статье произведен анализ современной литературы по теме, обозначены позиции ученых по поводу причин возникновения и проявлений тревожности. С учетом результатов экспериментального исследования представлены основные особенности проявления тревожности у детей 4-7 лет.[10, с.152]

Иванова Елена Сергеевна, автор статьи и работы «Сущность и специфика профилактики негативных эмоциональных состояний дошкольников средствами игровых технологий» делает упор на актуальность изучения негативных эмоциональных состояний у дошкольников, раскрывает факторы, влияющие негативно на развитие эмоциональной сферы ребенка 3-7 лет. Автором статьи дается определение игровых технологий, описывается алгоритм их применения, так же предложена педагогическая методология сущности и специфики профилактики тревожных состояний дошкольников

методом игровых технологий. В статье имеются материалы дополняющие теорию социально-культурной деятельности в рамках использования игровых технологий в профилактике тревожных состояний и агрессивного поведения для детей 3-7 лет [8, с. 22].

Проблема влияния родительской тревожности на формирование тревожности у ребенка стоит остро, исследования на данную тему проводят врачи-педиатры, психотерапевты, социологи, дефектологи, психологи, педагоги и конфликтологи. Опираясь на экспериментальные и исследовательские данные, создаются программы реабилитации и коррекции. Применяются различные методы и терапии: игровые технологии, арт-терапия, сказка-терапия, проводятся беседы и лектории с родителями, в перинатальных центрах проводят консультации психологи для будущих родителей (часто обращаются именно тревожные матери), создаются группы психологической поддержки родителей, школы материнства, школы родительства. И это не удивительно, ведь от того как пройдет детство человека, зависит его вся последующая жизнь. С чувством тревоги ребенок не может гармонично развиваться и проходить все этапы становления.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

В зарубежной психологии выделяются два взгляда на природу тревожности: тревога как изначально присущее человеку свойство или тревога как реакция на враждебные стимулы. Так же в отечественной психологии изучалась проблема тревожности, как ситуативного явления или личностной характеристики с учетом переходного состояния и динамики.

При рассмотрении особенности проявления тревожности в дошкольном возрасте и взрослом возрасте определили, что: тревожность в дошкольном возрасте выражается в отрицательном эмоциональном фоне ребенка. Характеризуется плохим настроением, растерянностью, подавленностью, боязливостью. Из-за тревожности возникают проблемы в вербальной коммуникации и установлением контакта с другим человеком: он подавлен, не проявляет инициативу, с трудом идет на взаимодействие.

У взрослых тревожность выражается в неспособности расслабиться, в чувстве недомогания, в панических атаках, беспокойном сне или бессоннице, нарастающем мускульном напряжении, ригидности мышц шеи или плеч, может быть повышенная возбудимость, ощущение беспомощности и неспособности справиться с собой, в ощущении волнения.

По результатам теоретического анализа проблемы взаимосвязи показателей тревожности у дошкольников и их родителей, мы определили следующее: в семье тревожность проявляется в жесткости предъявляемых требований ребенку, установкой непродуктивного взаимодействия с ребенком, частыми ссорами, отсутствием дифференциации, сложности выстраивании здоровых отношений, частыми эмоциональными всплесками.

Психологический микроклимат семьи является определяющим фактором, влияющим на проявление тревожности у детей дошкольного возраста. Тревожность проникает в душу ребенка, лишь, когда конфликт пронизывает всю его жизнь, мешает реализации его базовых потребностей.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ДОШКОЛЬНИКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

2.1. Организация и методы исследования

Гипотеза нашего исследования является предположение о том, что существует взаимосвязь между уровнем тревожности родителей и уровнем тревожности их детей.

Для проведения экспериментального исследования, мы опирались на термин тревожности предложенный А.М. Прихожан, где тревожность это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности. Различают тревожность как эмоциональное состояние и как устойчивое свойство, черту личности или темперамента.

Целью нашего исследования состояла в изучении взаимосвязи тревожности в детско-родительских отношениях.

Исследование проводилось на базе МАДОУ № 32 города Екатеринбурга, среди 20 дошкольников 4-5 лет, 10 девочек и 10 мальчиков. И их родителей, в количестве 20 человек, в возрасте 28-42 лет. Общая выборка 40 человек.

Этапы исследования:

1 этап: Подбор диагностического материала и описание методик;

2 этап: Проведение тестирования тревожности среди детей и родителей;

3 этап: Анализ взаимосвязи показателей тревожности в детско-родительских отношениях.

Сбор эмпирического материала производился с помощью следующих методик:

1. Методика «Опасения и страхи у детей» А.И. Захарова;

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет. Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, весь спектр страхов и каким конкретно страхам они подвержены.

Данная методика подходит в тех случаях, когда ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать (хотя такое задание даже не интересующиеся рисованием дети принимают обычно с удовольствием). Взрослый рисует контурно два дома (на одном или на двух листах): черный и красный. И потом предлагает расселить в домики страхи из списка (взрослые называют по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик, т.е. признал, что он боится этого. У детей постарше можно спросить: "Скажи, ты боишься или не боишься ...".

Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа "да" - "нет" или "боюсь" - "не боюсь". Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их произвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа "не боюсь темноты", а не "нет" или "да". Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, а не зачитывая его.

После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ - выбросить или потерять. Данный акт успокаивает актуализированные страхи.

Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Из 31 вида страхов, выделенных автором, у детей

наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

Инструкция для ребенка: "В черном домике живут страшные страхи, а в красном - не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам".

Ты боишься:

1. когда остаешься один;
2. нападения;
3. заболеть, заразиться;
4. умереть;
5. того, что умрут твои родители;
6. каких-то детей;
7. каких-то людей;
8. мамы или папы;
9. того, что они тебя накажут;
10. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища;
11. перед тем как заснуть;
12. страшных снов (каких именно);
13. темноты;
14. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
15. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
16. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
17. когда очень высоко (страх высоты);
18. когда очень глубоко (страх глубины);
19. в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);
20. воды;
21. огня;
22. пожара;

23. войны;
24. больших улиц, площадей;
25. врачей (кроме зубных);
26. крови (когда идет кровь);
27. уколов;
28. боли (когда больно);
29. неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом);
30. сделать что-либо не так, неправильно (плохо - у дошкольников);
31. опоздать в сад (школу).

Вопрос, боится или не боится ребенок, повторяется время от времени, чтобы избежать наводки страхов, их произвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов детей, экспериментатор просит давать развернутые ответы типа «не боюсь темноты», а не «нет» или «да». Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, периодически подбадривает его и хвалит за то, что он говорит все как есть. Страхи перечисляются по памяти.

2. Методика «Выбери нужное лицо». Авторы: Тэмпл Р., Дорки М., Амен В.

Цель методики: изучение эмоционального отношения и тревожности в социальных ситуациях. Исследуется и оценивается тревожность ребёнка в типичных для него жизненных ситуациях, где соответствующее качество личности проявляется в наибольшей степени.

Инструментарий: серия рисунков размером 8,5 x 11 см. Каждый рисунок сюжетно представляет собой некоторую типичную для жизни ребёнка ситуацию. Рисунки выполнены в двух вариантах: для мальчиков (на рисунке изображён мальчик) и для девочек (на рисунке представлена девочка). Эта методика представляет собой детский тест тревожности, разработанный американскими психологами Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен.

Задача состоит в том, чтобы исследовать и оценить тревожность ребенка в типичных для него жизненных ситуациях, где соответствующее качество личности проявляется в наибольшей степени. При этом сама тревожность рассматривается как черта личности, функция которой состоит в обеспечении безопасности человека на психологическом уровне и которая вместе с тем имеет отрицательные следствия. Они заключаются, в частности, в торможении активности ребёнка, направленной на достижение успехов. Высокая тревожность сопровождается обычно высокоразвитой потребностью избегания неудач, что существенно препятствует стремлению к достижению успехов.

Тревожность, испытываемая человеком по отношению к определённой ситуации, не обязательно будет точно так же проявляться в другой социальной ситуации, и это зависит от отрицательного эмоционального опыта, приобретенного ребёнком в данной и иных жизненных ситуациях. Именно отрицательный эмоциональный опыт повышает и порождает тревожность как черту личности и тревожное, беспокойное поведение ребёнка.

Повышенный уровень личностной тревожности свидетельствует о недостаточно хорошей эмоциональной приспособленности, адаптированности ребёнка к жизненным ситуациям, вызывающим беспокойство. Психодиагностика тревожности оценивает внутреннее отношение данного ребёнка к определённым социальным ситуациям, даёт полезную информацию о характере взаимоотношений, сложившихся у данного ребёнка с окружающими людьми, в частности в семье, в детском саду.

Психодиагностический изобразительный материал в этой методике представлен серией рисунков размером 8,5 x 11 см. Каждый рисунок сюжетно представляет собой некоторую типичную для жизни ребёнка-дошкольника ситуацию.

Каждый из описанных рисунков выполнен в двух вариантах: для мальчиков (на рисунке изображён мальчик) и для девочек (на рисунке представлена девочка). В процессе тестирования испытуемый идентифицирует себя с ребёнком того же пола, что и он сам. Лицо данного ребёнка не прорисовано полностью, дан лишь общий контур его головы.

Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными изображениями детской головы, по размерам точно соответствующими.

3. Шкала тревоги Спилбергера-Ханина. Тест предназначен для диагностики уровня ситуативной и личностной тревожности. Разработан Ч.Д. Спилбергером и адаптирован Ю.Л.Ханиным.

Описание: 40 утверждений, позволяющих диагностировать уровень ситуативной и личностной тревожности. Оценка результатов исследования по опроснику производится путем подсчета количества набранных баллов обследуемым. Обработка результатов см. в Приложении В.

Данный тест является информативным способом самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивная тревожность, как состояние) и личностной тревожности (как устойчивая характеристика человека). Разработан Ч.Д.Спилбергером и адаптирован Ю.Л.Ханиным.

Личностная тревожность характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью. Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушения внимания, иногда нарушение тонкой координации. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями.

Шкала самооценки состоит из 2-х частей, отдельно оценивающих тревожность реактивную (РТ, номера высказываний с 1 по 20) и личностную (ЛТ, номера высказываний с 21 по 40). На каждое из высказываний

необходимо дать один из четырех вариантов ответа: 1 - почти никогда, 2 - иногда, 3 - часто, 4 - почти всегда.

1. Я спокоен.
2. Мне ничто не угрожает.
3. Я нахожусь в напряжении.
4. Я испытываю сожаление.
5. Я чувствую себя свободно.
6. Я расстроен.
7. Меня волнуют возможные неудачи.
8. Я чувствую себя отдохнувшим.
9. Я встревожен.
10. Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения.
11. Я уверен в себе.
12. Я нервничаю.
13. Я не нахожу себе места.
14. Я взвинчен.
15. Я не чувствую скованности, напряженности.
16. Я доволен.
17. Я озабочен.
18. Я слишком возбужден и мне не по себе.
19. Мне радостно.
20. Мне приятно.
21. Я испытываю удовольствие.
22. Я очень быстро устаю.
23. Я легко могу заплакать.
24. Я хотел бы быть таким же счастливым как другие.
25. Нередко я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решения.
26. Обычно я чувствую себя бодрым.
27. Я спокоен, хладнокровен и собран.

28. Ожидаемые трудности обычно очень тревожат меня.
29. Я слишком переживаю из-за пустяков.
30. Я вполне счастлив.
31. Я принимаю все слишком близко к сердцу.
32. Мне не хватает уверенности в себе.
33. Обычно я чувствую себя в безопасности.
34. Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей.
35. У меня бывает хандра.
36. Я удовлетворен.
37. Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня.
38. Я так сильно переживаю свои разочарования, что потом долго не могу о них забыть.
39. Я уравновешенный человек.
40. Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах.

4. *Методы математической статистики:*

Критерий Колмогорова-Смирнова. Предназначен для проверки простых гипотез о принадлежности анализируемой выборки некоторому полностью известному закону распределения.

Корреляционный критерий Спирмена. Используется для выявления и оценки тесноты связи между двумя рядами сопоставляемых количественных показателей.

2.2. *Количественный и качественный анализ полученных данных*

На первом этапе психодиагностического исследования на выборке дошкольников была проведена А.И. Захарова «Опасения и страхи у детей», полученные данные (см. Приложение А, табл. 3 и 4)

Из 31 страха представленных в методики у детей наблюдается от 8 до 16 страхов. Где, у 4 девочек и 3 мальчиков уровень страхов соответствуют норме и у 6 девочек и 7 мальчиков уровень страхов сверх нормы.

Нами выявлено наличие следующих страхов у исследуемой группы детей:

- Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовищ: 50%
- страшных снов: 55%;
- волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных): 50%
- чужих людей: 55%
- перед тем как заснуть: 55%;
- врачей: 30%;
- темноты: 100%
- уколов: 20%;
- страх одиночества: 75 %;
- наказания: 30%;
- неожиданных, резких звуков, когда что-нибудь внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом): 40%

Полученные нами данные представлены на рисунке 1.

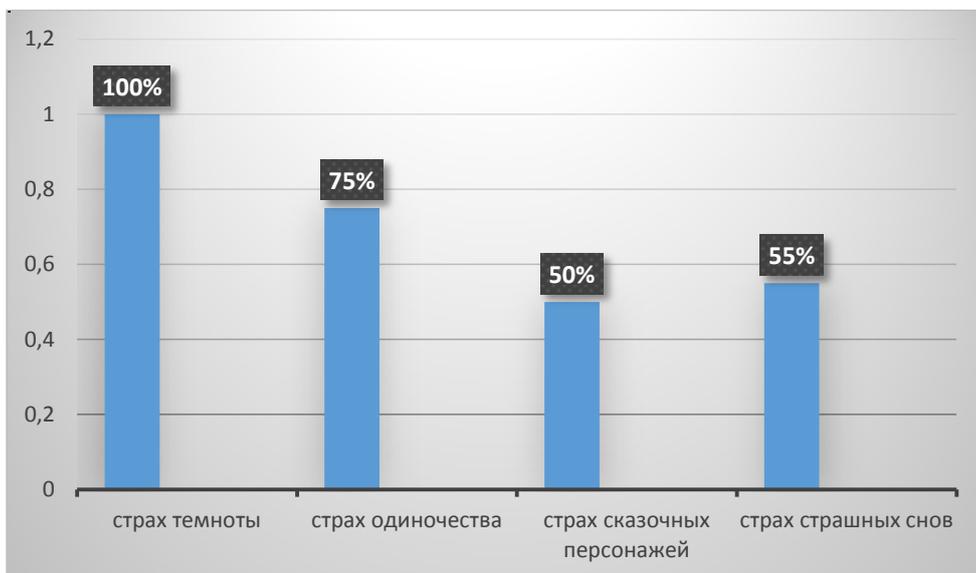


Рисунок 1. Показатели основных страхов у дошкольников по результатам методики А. И. Захарова (в процентах)

На рисунке 1, наглядно показаны основные страхи, таким образом:

- страх темноты в группе продемонстрировали 20 детей,
- страх сказочных персонажей у 10 детей;
- страх страшных снов у 11 детей;
- страх одиночества у 15 детей.

Исходя из полученных данных (см. Приложение А, табл. 3 и 4) мы можем выделить основные группы страхов, которым подвержены исследуемые дошкольники:

1. Сказочные персонажи;
2. Темнота, страшные сны;
3. Социально-опосредованные страхи.

В данной выборке детей преобладают страхи темноты и сказочных персонажей – это характерно для данного возраста. Присутствует социальные страхи, они могут быть также переданы путем психологического заражения от родителя.

Рассмотрим результаты методики «Выбери нужное лицо», нами были получены данные (см. Приложение Б).

По результатам качественного анализа мы выявили, что большее число отрицательных ответов у дошкольников на рисунки -3,6,8,10,12 (см. Приложение Г).

По результатам количественного анализа данной методики мы выявили уровни тревожности:

- Высокий уровень тревожности у 15 детей;
- Средний уровень тревожности у 4 детей;
- Низкий уровень тревожности у 1 дошкольника.

Полученные нами данные изображены графически на рисунке 2.

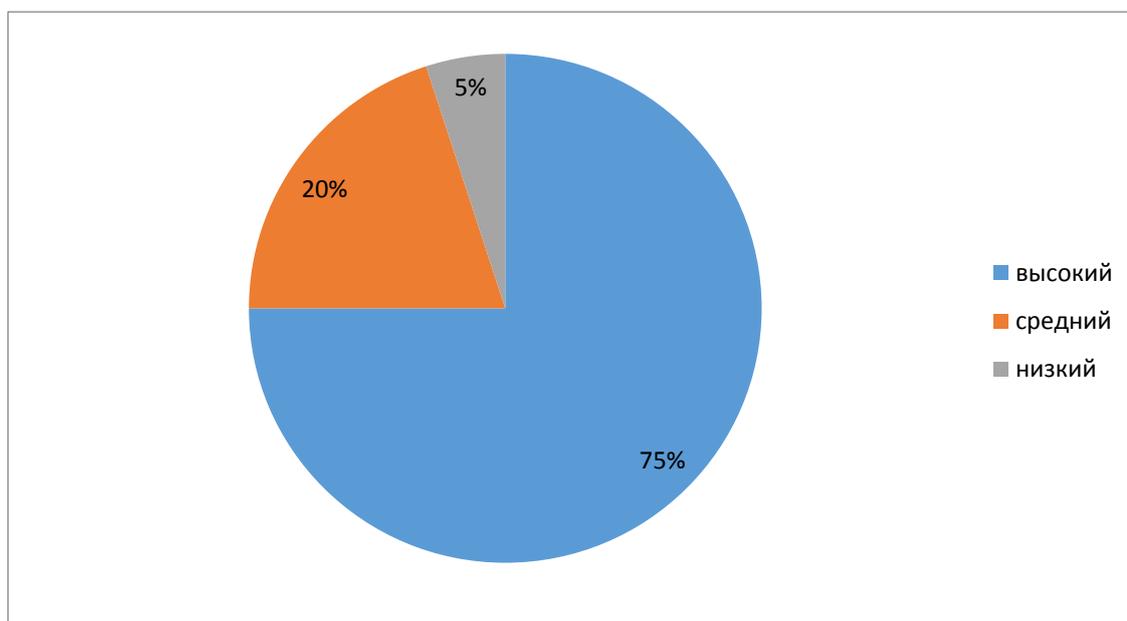


Рисунок 2. Процентное соотношение результатов тревожности среди дошкольников по методике «Выбери нужное лицо»

Таким образом, на рисунке 2 мы видим, что процентное соотношение распределилось так: высокий результат по шкале тревожность у дошкольников составил 75%, средний результат 20%, низкие результаты по данной методике показали 5% дошкольников.

На основании данных методик, мы делаем вывод, о том, что у большинства дошкольников преобладает высокий уровень тревожности. Дети имеют большое количество страхов, их страхи представляют основную детскую группу: страх темноты, страх потеряться, боязнь снов и сказочных персонажей. Однако при этом, в эти страхи включена детская тревожность, побуждающая мыслить ребенка о том, что в неизвестности заключена опасность, которая на самом деле его тревожит. Источником такой опасности, может быть семья, воспитание, обстановка в семье. В виду этого нами была поставлена гипотеза о взаимосвязи родительское тревожности и тревожности ребенка.

Рассмотрим уровень тревожности родительской группы. Далее нами была проведена диагностика уровня тревожности по шкале Спилбергера-Ханина. Нами были получены сырые баллы (см. Приложение В). Распределение показателей тревожности в экспериментальной группе представлено на рисунке 3.

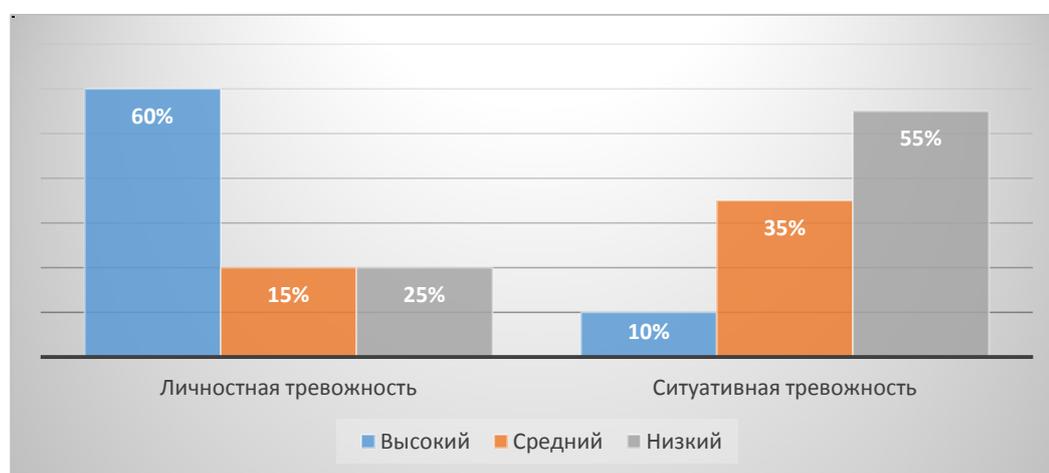


Рисунок 3. Личностная и ситуативная тревожность родителей

На рисунке 3 наглядно изображено, что в родительской группе у большинства испытуемых преобладает тревожность как черта личности (у 60%), тревога, относящаяся к ситуации беспокойства, или стресса в значимых показателях по тесту проявляется лишь у 10% испытуемых. Общий

уровень тревоги, как ситуативной, так и личностной в группе составляет 70%.

Родители воспринимают окружающий мир как заключающий в себе угрозу или опасность, внешние стимулы расцениваются как опасные. Испытуемым характерно чувство страха, беспокойности. Эти знания о мире, и стимулы они передают своему ребенку: «мир опасен», «себя необходимо оберегать», «необходимо контролировать».

Таким образом, по результатам описательной статистики в группе дошкольников уровень тревожности составляет 75%, а в родительской группе 70%.

2.3. Анализ и интерпретация результатов исследования.

В начале исследования, нами была поставлена гипотеза о том, что существует взаимосвязь между уровнем тревожности родителей и уровнем тревожности их детей. Нами был реализован математический анализ данных с помощью критерия Колмогорова-Смирнова, на предмет анализа закона распределения.

Критические значения для $n=40$

$\lambda_{0.05}$	$\lambda_{0.01}$
1.36	1.63

Результат: $\lambda_{\text{эмп}} = 0$

Полученное эмпирическое значение $\lambda_{\text{эмп}}$ (0) находится в зоне незначимости. В соответствии с этим, нами в дальнейшем будет использован непараметрический критерий корреляции Спирмена.

Нами был реализован математический анализ данных с помощью корреляционного критерия Спирмена (таблица 2).

Мы рассматриваем значения по уровню значимости $p \leq 0.05$

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа между показателями тревожности у детей и их родителей

	Личностная тревожность родителя	Ситуативная тревожность родителя
Количество страхов дошкольников	0,318251	<u>0,687505</u>
Индекс тревожности дошкольников	-0,035250	0,289879

Исходя из полученных данных представленных в таблице 2, нами была обнаружена взаимосвязь между шкалой ситуативная тревожность родителей и страхов дошкольников ($r_s=0,688$).

Статистически значимых связей между личностной и ситуативной тревожностью родителей и индексом тревожности дошкольников не выявлено.

Вывод: На основании исследования, наша гипотеза была подтверждена, о том, что тревожность ребенка взаимосвязана с тревожностью родителя.

Так, тревожность дошкольников в действительности взаимосвязана с ситуативной тревогой родителей.

Наше исследование показывает наличие родительской тревожности как фактора, который оказывает влияние на формирование тревожности у ребенка. При этом, личностная тревога родителей не является значимым показателем для формирования тревожности у ребенка. Мы предполагаем, что такие выводы исследования образовались в виду того, что качества личности в дошкольном возрасте еще не образуются в характеристики, в виду этого, «качества личности» родителей, такие как тревожность,

оказывают лишь косвенное влияние на формирование ребенка. Чаще дошкольник ориентируются на эмоциональные реакции, невербальные показатели, т.е. ситуативные характеристики в коммуникации с родителями. В соответствии с этим, ситуативная тревожность родителя, становится сигналом о тревоге для ребенка.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

Нами было реализовано эмпирическое исследование взаимосвязи показателей тревожности у дошкольников и их родителей. Исследование проводилось на базе МАДОУ №32 города Екатеринбурга, среди 20 дошкольников, и их родителей, в количестве 20 человек. Общая выборка 40 человек.

Анализ тревожности у дошкольников и их родителей был реализован с помощью методического материала:

- 1) Методика «Опасения и страхи у детей» А.И. Захарова;
- 2) Методика «Выбери нужное лицо», Тэмпл Р., Дорки М., Амен В.;
- 3) Тест Спилбергера-Ханина на эмоциональную и личностную тревожность.

На основании корреляционного анализа, мы пришли к заключению о том, что: тревожность ребенка взаимосвязаны с ситуативной тревожностью родителей. Наше исследование показывает наличие у родителей ситуативной тревожности как фактора, который оказывает влияние на формирование тревожности у ребенка.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Целью данной работы являлось выявить взаимосвязи показателей тревожности у дошкольников и их родителей. Для достижения этой цели были сформулированы и последовательно решены следующие задачи:

1. Проанализировать теоретические аспекты представлений о феномене тревожности в зарубежной и отечественной психологии. По результатам анализа можно сделать вывод о том, что тревожность имеет собственную побудительную силу и постоянные формы реализации в поведении с преобладанием в последних компенсаторных и защитных механизмов. И как всякое сложное психологическое образование, тревожность может характеризоваться сложным строением, которое включает в себя, когнитивный, эмоциональный и операционный аспекты при доминировании эмоционального. Является производной обширного круга семейных нарушений. По мнению ряда авторов, тревожность у детей дошкольного возраста может быть спровоцирована различными факторами. Однако выделяется влияние психологических причин, к которым главным образом относится семейное воспитание, данный фактор включает личностные и психофизиологические особенности родителей, а также социально-психологические причины, которые оказывают значительное влияние на формирование тревожности у дошкольника.

2. На теоретическом уровне рассмотреть особенности проявления тревожности в дошкольном возрасте и взрослом возрасте. Человек любого возраста переживает тревогу как неприятное, дискомфортное, тягостное состояние. Ребенок дошкольного возраста, переживая тревогу, постоянно ощущает незащищенность, отсутствие почвы под ногами в близком окружении и потому - безысходность и незащищенность. Все это, а также то, что дети запоминают чаще всего негативные моменты жизни, ведет к накоплению отрицательного эмоционального опыта, который непременно увеличивается и находит свое выражение в относительно устойчивом переживании - тревожности. У взрослого человека тревожность часто перетекает с

физиологически обусловленными реакциями: учащенное сердцебиение, метеоризм, покраснение кожи, частое дыхание, также имеются психологические проявления: рассеянность, боязливость, чувство насыщенности, необъяснимый страх и т.д. Все эти проявления также отражаются на внутрисемейной жизни индивида и стиле его взаимодействия в семье и с социумом.

3. Проанализировать проблему влияния родительской тревожности на формирование тревожности у ребенка. Наше исследование показывает наличие родительской тревожности как фактора, который оказывает влияние на формирование тревожности у ребенка. При этом, личностная тревога родителей не является значимым показателем для формирования тревожности у ребенка. Мы предполагаем, что такие выводы исследования образовались в виду того, что качества личности в дошкольном возрасте еще не образуются в характеристики, в виду этого, «качества личности» родителей, такие как тревожность, оказывают лишь косвенное влияние на формирование ребенка. Чаще дошкольник ориентируются на эмоциональные реакции, невербальные показатели – т.е. ситуативные характеристики в коммуникации с родителями. В соответствии с этим, ситуативная тревожность родителя, становится сигналом о тревоге для ребенка.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абакарова Э.Г. /канд.диссерт. «Диагностика и коррекция тревожности у детей 5-7 лет в условиях дошкольного образовательного учреждения»/ Ставрополь,2013. – 310 с.
2. Айзенк Х. Психологические теории тревожности: Тревога и тревожность /Под ред.В.М. Астапова, переиздание. - СПб.: Питер, 2015. – 247 с.
3. Андерсон С. В. «Изучение страхов и тревожности у детей старшего дошкольного возраста»// Молодой ученый. - 2016. - №5.6. - С. 2-5.
4. Астапов В.М. Тревожность у детей. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2014.
5. Билецкая М.П., Купреничева Т.В. «Патологизирующий стиль воспитания и семейная тревога в семьях детей, больных гастродуоденитом»// Научный журнал «ГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет» Минздрава России 2 ГБСКОУ школа-интернат № 9 Калининского района г. Санкт-Петербурга/ том III №4 2013,- с.13-14
6. Василюк Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления психических ситуаций. - М.: Изд-во МГУ, 2015. – 112 с.
7. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. - С-П., 2015. – 150 с.
8. Иванова Е. С. Сущность и специфика профилактики негативных эмоциональных состояний дошкольников средствами игровых технологий //Социально-экономические явления и процессы. – 2013. – №. 11 (057). – С 55-69.
9. Изард К.Э. Психология эмоций. / Перевод с англ. – СПб: Издательство «Питер», 2016. – 412 с.
10. Иларионова И.В. «Особенности проявления тревожности у детей 4-7 лет»//вестник Вятского государственного университета, №2 , -2014г-, с. 152-155
11. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2017. – 752 с.

12. Исаев Д.Н. «Эмоциональный стресс, психосоматические и соматопсихические расстройства у детей». – СПб.: Речь, 2015. – 400 с.
13. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. - М.: "Наука", 2017. – 341 с.
14. Ковалев С.В.,/Мы родом из страшного детства//,-Ростов-на-Дону, изд. «Феникс»,2016 -224с.
15. Копонев С. Влияние стресса на здоровье // С. Копонев, "Московский психологический журнал", №2 – 2014.- С. 34-44.
16. Костина Л.П. Методы диагностики тревожности. СПб., 2013. -198 с.
17. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: практическое пособие.- М.: Генезис, 2013. – 211 с.
18. Леви В.Л. Приручение страха. – М.: Метафора, 2016.
19. Левитов Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги // Вопросы психологии. - 2017. - №1 – С. 9 – 11.
20. Лешкова Т. Коробка со страхами // Дошкольное воспитание. - 2014.
21. Мазурова Н. В., Трофимова Ю. А, «Взаимосвязь тревожности детей дошкольного возраста и стиля семейного воспитания», текст научной статьи по специальности «Педиатрия», журнал «Вопросы современной педиатрии», том 12, №3,2013г.-с.82-88
22. Макшанцева Л.В. Тревожность и возможности ее снижения у детей, начинающих посещать детский сад // Психологическая наука. - 2015. - №2. – С. 87-99.
23. Монография «Современная московская молодая семья// Автор: Коллектив авторов, составитель: Дмитрий Сороков, М: Изд: Litres,- 2017 - 205с.
24. Немов Р. С. Психология. Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений. В 3 кн. Кн. 1 Общие основы психологии 2-е изд. - М.: Просвещение: ВЛАДОС, 2015. – 318 с.

25. Парукова Л.В. «специфика психологической природы тревожности у детей дошкольного возраста» // Фундаментальные исследования. – 2015, № 1. – с. 88-89
26. Петровский А.В. О психологии личности - М.: ВЛАДОС, 2017. - 428 с.
27. Полина А. В. //научный журнал «Вестник» Ярославского государственного университета им. Демидова, серия гуманитарные науки, №2, 2012 год- 212с. //статья «Доверие к миру как условие полноценного развития личности»,2013г- с.107-110.
28. Практикум по психологии состояний / под ред. А. О. Прохорова, - СПб.: Речь, 2014. – 480 с.
29. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. – М.: МСПИ, 2016. – 304 с.
30. Тревога и тревожность. Хрестоматия / под ред. В.М.Астапова, - СПб.: Питер, 2013. – 256 с.
31. Черепанова Е.М. Психологический стресс: Помогите себе и ребенку / Е.М. Черепанова, - М.: «Академия», 2016. – 264 с.
32. Эйдемиллер Э. Г., Александрова Н. В., Юстицкий В. В., «Психология и психотерапия семьи», СПб: издательство «Питер», 2014г- с.672
33. Эмоции человека в нормальных и стрессовых условиях / под ред. А.И. Яроцкого, И.А. Криволапчука., - Гродно: ГрГУ, 2013. – 494 с.
34. Эриксон, Э. /Детство и общество: пер. и научный ред. А. А. Алексеев/М: «Наука»,2015-992с.
35. Яковлев Г.М., Новиков В.С., Хавинсон В.Х. Резистентность, стресс и регуляция / - СПб.: «Пресс», 2015. – 225 с

ПРИЛОЖЕНИЕ А Результаты первичной диагностики страхов,
методика Захарова А.И. «Опасения и страхи у детей»

Таблица 3

Результаты методики «Опасения и страхи у детей» 1-19 вопрос

№ Впроса/ номер испытуемых																				Общее Кол-во страхов
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1	+	+	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	12
2	-	+	-	+	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-	+	-	+	+	-	12
3	+	+	-	+	-	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	15
4	+	+	-	+	+	-	-	-	+	+	-	+	+	-	+	+	+	-	-	11
5	+	+	-	+	+	-	-	-	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	12
6	-	+	-	+	+	-	+	-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	-	+	10
7	-	+	+	+	-	-	-	-	-	+	+	-	+	+	+	+	-	-	+	10
8	+	+	+	+	+	-	-	+	-	+	-	+	+	+	+	-	-	-	-	11
9	+	+	+	+	-	+	-	-	-	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	11
10	+	+	-	-	+	-	-	-	-	+	-	-	+	+	-	+	-	+	-	7
11	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	12
12	+	+	-	+	-	+	+	-	+	-	-	+	+	-	+	-	+	+	-	11
13	+	+	+	+	-	+	+	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	8
14	+	-	-	+	+	-	+	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	7
15	+	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	5
16	+	+	-	+	+	+	+	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	10
17	-	+	+	+	-	+	+	+	-	-	+	+	+	+	-	-	-	+	-	11
18	+	-	+	+	+	-	+	-	-	+	-	+	+	-	-	-	+	+	-	10
19	+	-	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	9
20	+	+	-	+	-	+	+	+	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	8

Результаты методики «Опасения и страхи у детей» 20-31 вопрос

№ Вопроса/ номер испытуемых	20	21	22	23	24	25	26	27	29	30	31	Кол-во страхов
1	-	+	-	-	-	-	-	+	-	+	+	4
2	-	+	-	-	+	-	-	-	-	+	-	3
3	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	2
4	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	2
5	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1
6	-	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-	2
7	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	+	2
8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
9	+	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	3
10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
11	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
12	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
13	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	1
14	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
16	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	2
17	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	1
18	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	2
19	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	2
20	-	+	-	-	-	-	-	+	-	+	-	3

ПРИЛОЖЕНИЕ Б Индекс тревожности у дошкольников по
результатам методики «Выбери нужное лицо», авторы Тэмпл Р., Дорки М.,
Амен В.

№Испыт-го	ИТ %	Уровень тревожности
1	50	высокий
2	64	высокий
3	29	средний
4	71	высокий
5	36	средний
6	57	высокий
7	64	высокий
8	57	высокий
9	89	высокий
10	36	средний
11	50	высокий
12	21	средний
13	50	высокий
14	57	высокий
15	64	высокий
16	57	высокий
17	50	высокий
18	71	высокий
19	57	высокий
20	14	низкий

ПРИЛОЖЕНИЕ В Результаты баллов по методике Спилбергера-Ханина в группе родителей

Экспериментальная группа	Личностная тревога	Ситуативная тревога
1	45	48
2	41	47
3	51	40
4	36	44
5	51	31
6	45	42
7	45	41
8	50	40
9	60	35
10	55	7
11	48	14
12	46	4
13	47	7
14	36	9
15	42	6
16	51	5
17	19	20
18	25	16
19	18	24
20	22	17

ПРИЛОЖЕНИЕ Г Рисунки для методики «Выбери нужное лицо»,
авторы Тэммл Р., Дорки М., Амен В.

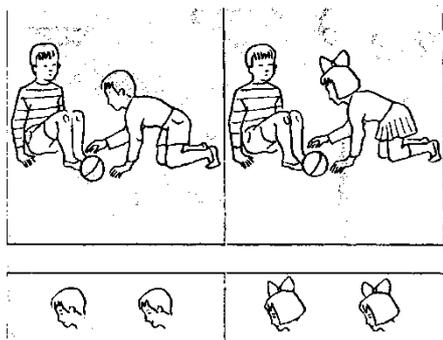


Рис. 1. Игра ребёнка с младшими детьми. Ребёнок в данной ситуации играет с двумя малышами.

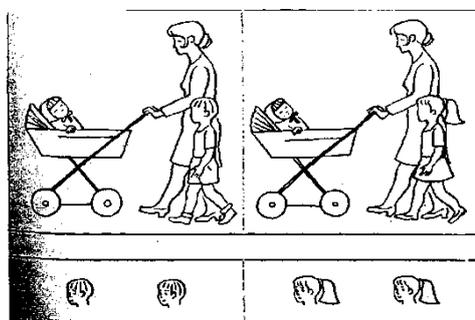


Рис. 2. Ребёнок и мать с младенцем. Ребёнок идёт рядом с матерью, которая везет коляску с младенцем.

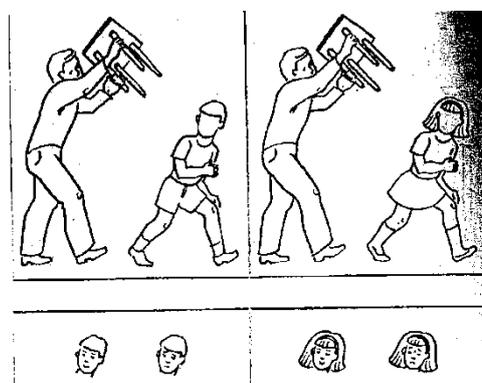


Рис. 3. Объект агрессии. Ребёнок убегает от нападающего на него сверстника.



Рис. 4. Одевание. Ребёнок сидит на стуле и надевает ботинки.

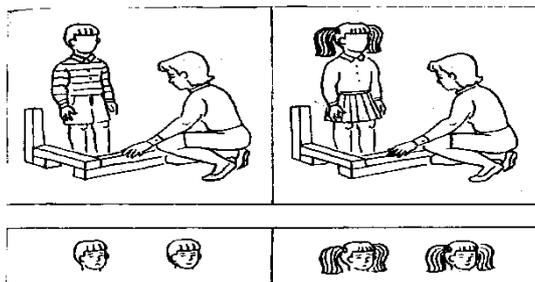


Рис. 5. Игра со старшими детьми. Ребёнок играет с двумя детьми, которые старше его по возрасту.

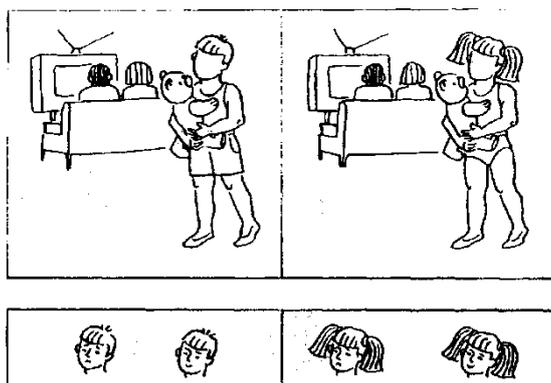


Рис. 6. Укладывание спать в одиночестве. Ребёнок идёт к своей кроватке, а родители не замечают его и сидят в кресле спиной к нему.

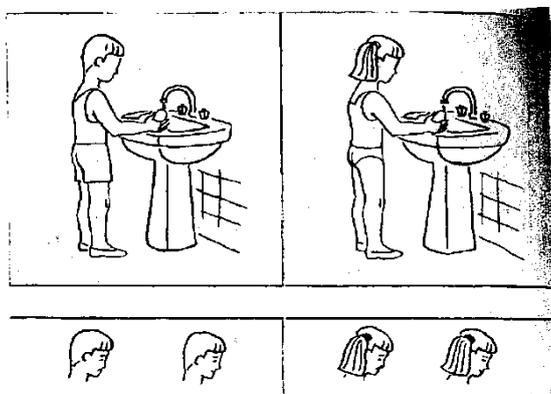


Рис. 7. Умывание. Ребёнок умывается в ванной комнате.

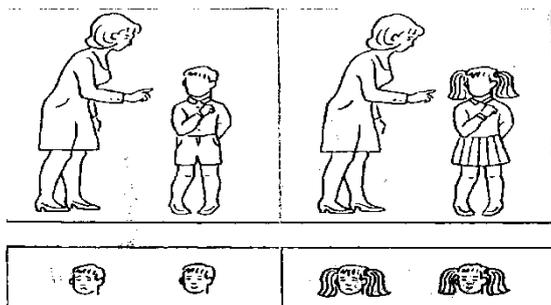


Рис. 8. Выговор. Мать, подняв указательный палец, строго выговаривает ребёнку за что-то.

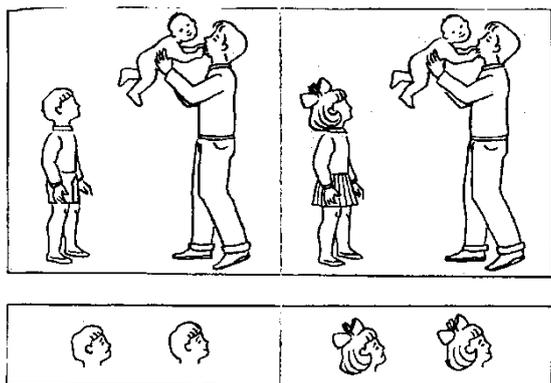


Рис. 9. Игнорирование. Отец играет с малышом, а более старший ребёнок стоит в одиночестве.

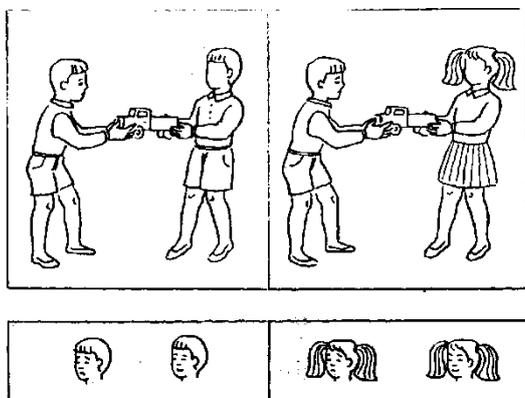


Рис. 10. Агрессивное нападение. Сверстник отбирает игрушку у ребёнка.

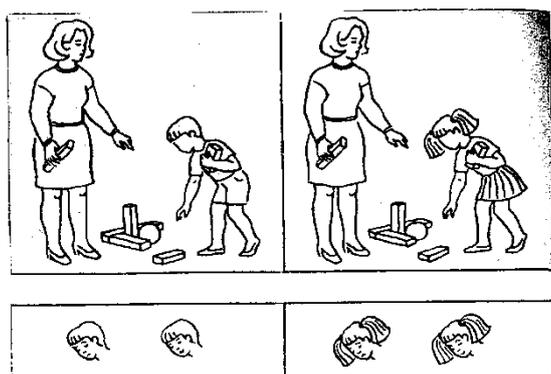


Рис. 11. Собираение игрушек. Мать и ребёнок убирают игрушки.

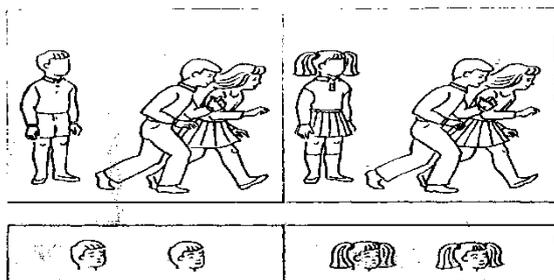


Рис. 12. Изоляция. Двое сверстников убегают от ребёнка, оставляя его в одиночестве.

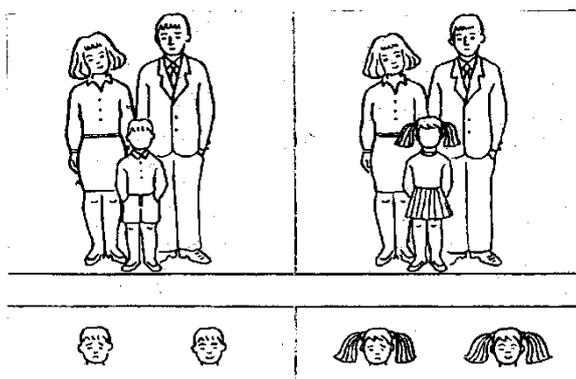


Рис. 13. Ребёнок с родителями. Ребёнок стоит между матерью и отцом.

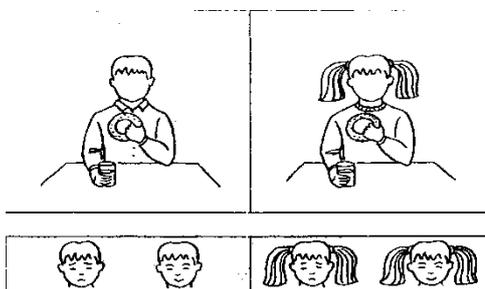


Рис. 14. Еда в одиночестве. Ребёнок сидит один за столом.