

## ТРЕВОЖНЫЕ ДЕТИ (ПРИЗНАКИ ТРЕВОЖНОСТИ, ПРИЧИНЫ, ПОСЛЕДСТВИЯ)



**Тревожные дети...**  
Какие они?  
Каковы признаки детской тревожности?  
С чем связана **тревожность у детей**?  
Каковы ее причины?  
Какие последствия имеет **детская тревожность**?

И какие рекомендации можно дать родителям, если их **ребенок тревожный**?

В этих вопросах, уважаемые читатели, мы и постараемся сегодня разобраться.

Под **тревожностью**, как психологической особенностью человека (взрослого или ребенка), психологи подразумевают склонность

личности к частому переживанию беспричинного страха, эмоциональных состояний, характерных для ситуаций неопределенной опасности, неблагоприятного развития каких-либо событий.

*Какие же признаки тревожности у детей существуют, по каким характерным поведенческим особенностям мы можем судить о наличии тревожности у ребенка?*

- Как правило, тревожные дети не уверены в себе. Самооценка таких детей характеризуется неустойчивостью и чаще бывает заниженной.
- В силу того что тревожный ребенок испытывает постоянное чувство страха перед неизвестностью, часто находится в состоянии ожидания неудач, неприятностей, он очень редко проявляет инициативу.
- Тревожные дети исполнительны, послушны и ответственны.
- Такие детки ведут себя примерно, стараясь точно выполнять требования взрослых (педагогов).
- Пассивность, застенчивость, скромность, дисциплинированность, аккуратность, робость – это также черты, характерные для тревожных детей.
- Можно сказать, что перечисленные качества (признаки тревожности) имеют отчасти защитный характер, так как ребенок стремится, во что бы то ни стало, избежать неудачи.
- Тревожный ребенок испытывает страх перед всем непривычным, неизвестным, новым.
- Он склонен больше помнить плохое, чем хорошее.
- Повышенная возбудимость и некоторая скованность (напряженность) также свидетельствуют о наличии детской тревожности.

*С чем же связано наличие повышенной тревожности у ребенка? Каковы причины возникновения тревожности у детей, факторы, влияющие на ее наличие?*

Тревожность у ребенка может быть обусловлена наличием предрасположенности, особых характеристик нервной системы, с которыми ребенок родился (на которые накладываются и другие факторы, жизненные обстоятельства), наличием тревожности у самих родителей (взрослых, окружающих ребенка), завышенных требований к ребенку, отсутствием их единой системы, наличием чрезмерной заботы и опеки, которые ставят ребенка в зависимое от родителей положение.

*Нужно ли что-то делать с тревожностью ребенка? Может вообще не обращать на нее внимание? Имеет ли детская тревожность какие-либо отрицательные последствия?*

Давайте попробуем разобраться. Если ребенку свойственна повышенная тревожность, то излишний страх перед всем неизвестным, новым будет препятствовать развитию таких качеств мышления, как креативность, неординарность, мешать творческому поиску в деятельности. Как говорится, излишняя тревожность будет мешать развитию творческого потенциала личности, а значит, может просто помешать человеку найти себя, проявить себя в какой-либо



деятельности максимально полно, почувствовать себя востребованным, состоявшимся, счастливым. Конечно, осторожность хороша, но до определенной меры... Кроме того, если тревожность у ребенка будет продолжать усиливаться, то это может стать фактором развития различных страхов, невротических качеств и, как следствие, нанести вред здоровью.

Кстати, один жизненный пример. Во время моей педагогической деятельности мне пришлось столкнуться с таким небывалым случаем проявления детской тревожности, когда у скромной, старательной, послушной, умной и здоровой девочки перед самым утренником (просто за несколько минут до него) поднялась температура под сорок. Вот так весь организм чрезмерно тревожного ребенка переживал приближение очень ответственного (но ведь в первую очередь радостного!) момента... Да, забыла сказать, что после утренника, с возвращением к обычному ритму жизни, от температуры не осталось и следа.

Сегодня мы с вами, уважаемые взрослые, разбирались с вопросами на тему: «**Тревожные дети**». И, надеюсь, смогли получить ответы на вопросы: с чем связана **тревожность у детей**, каковы **причины тревожности**, ее проявления, **признаки** и **последствия детской тревожности**.