

ТРЕВОЖНОСТЬ У ДЕТЕЙ: ПРИЧИНЫ И ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ

Нехорошкова А.Н., Грибанов А.В.

ФГАОУ ВПО «Северный (Арктический) федеральный университет им. М.В. Ломоносова», Архангельск, Россия (163002, Архангельск, наб. Северной Двины, д.17), e-mail: sava5@bk.ru

В статье представлен обзор современных научных подходов к рассмотрению проблемы формирования личностной тревожности у детей. Подчеркивается, что тревожные расстройства, наблюдаемые у детей, не похожи на нарушения функционального состояния, отмечаемые у тревожных взрослых. Отражены взгляды отечественных и зарубежных ученых по вопросу возникновения и развития детской тревожности. Особое внимание уделено рассмотрению биосоциального подхода к причинам тревожности, включающим как внутренние, генетические факторы развития психики ребенка, так и внешние, раскрывающихся в условиях социализации. Представлена схема происхождения и закрепления детской тревожности как устойчивого личностного образования на разных возрастных этапах, возрастная специфика содержания и форм ее проявления. Рассмотрен вопрос влияния тревожности на успешность детской деятельности. Отмечено, что высокая тревожность может приводить к нарушению развития отдельных структур и функций психики ребенка, а также к нарушению формирования структуры личности детей в целом.

Ключевые слова: дети, тревога, тревожность, причины тревожности.

ANXIETY IN CHILDREN: CAUSES AND SPECIALITIES OF MANIFESTATION

Nekhoroshkova A.N., Griбанov A.V.

Northern (Arctic) Federal University n.a. M.V. Lomonosov, Arkhangelsk, Russia (163002, Arkhangelsk), e-mail: sava5@bk.ru

An overview of current scientific approaches to analyzing the problem of the formation of trait anxiety in children are presented in this article. Emphasizes that anxiety disorders observed in children, do not look like a disorders of the functional state, observed in anxious adults. The views of domestic and foreign scientist on the theme of origin and development of children's anxiety are reflected in article. Particular attention is paid to the biosocial approach to the causes of anxiety, including both internal, genetic factors of development of the child's psyche, and external, revealed in socialization. A scheme of origin and securing children's anxiety as a stable personal education at different age stages, age specific of content and forms of its manifestation are presented. The question of the effect of anxiety on the success of the children's activities are viewed. Noted that high anxiety can lead to a developmental disability of the individual structures and functions of the child's psyche, as well as to a disorder of the formation of the personality structure of children in general.

Keywords: children, alarm, anxiety, causes of anxiety.

Большинство специалистов придерживаются мнения о том, что детство является периодом наибольшей чувствительности к различным неблагоприятным факторам вследствие прочности первичных впечатлений и низкой сопротивляемости нервной системы ребенка [7; 25; 26; 27; 30; 31]. Воздействие этих факторов на организм человека и его последствия в значительной степени опосредуется тревожными переживаниями [5; 7]. Особый интерес в связи с этим вызывают научные исследования, посвященные изучению проблемы тревожности в качестве устойчивого свойства личности к восприятию широкого круга обстоятельств, как содержащих угрозу и реагированию на них состоянием тревоги, интенсивность которой не соответствует объективной опасности.

К настоящему времени накоплен достаточно большой объем научных работ, посвященных анализу физиологических и психофизиологических изменений в организме

при высоком уровне тревожности. Следует отметить однако, что не смотря на разнообразие подобного рода исследований, в основном они направлены на изучение особенностей взрослого человека. Исследования детской тревожности в настоящее время описываются достаточно редко и преимущественно имеют психологический характер [12; 18; 19 и др.]. Вместе с тем, нарушения функционального состояния, отмечаемые у тревожных взрослых, не похожи на нарушения, наблюдаемые у детей [2].

Во многих работах, исследующих возникновение и развитие детской тревожности, осуществляется психодинамический подход [9; 27; 34 и др.]. Разделяющие его авторы исходят из того, что уже в раннем возрасте достаточно четко проявляются индивидуальные особенности высшей нервной деятельности ребенка, в основе которых лежат процессы возбуждения и торможения и их различные сочетания. В данном контексте тревожность рассматривается в качестве врожденной психодинамической характеристики. Н.Д. Левитов указывает, что тревожное состояние – показатель слабости нервной системы, хаотичности нервных процессов [15].

С другой стороны, известно, что если ведущим в становлении темперамента является генетический фактор, то в характере он будет проявляться наряду со средовым влиянием [3; 4]. Это представление определяет биосоциальный подход к рассмотрению причин детской тревожности, кроющихся как в природных, генетических факторах развития психики ребенка, так и в социальных, раскрывающихся в условиях социализации [12; 18; 20; 21; 33].

Вопрос о социальных причинах детской тревожности принадлежит к числу наиболее изучаемых. Можно выделить несколько факторов, неблагоприятное развитие которых определяется большинством исследователей в качестве возможных причин возникновения и закрепления тревожности как устойчивого свойства личности у ребенка.

В качестве центральной причины тревожности во многих научных работах выделяют факторы семейного воспитания, прежде всего взаимоотношения «мать–ребенок» [10; 13; 18]. Однако сведения о факторах детско-родительских отношений, которые являются специфическими с точки зрения возникновения у детей устойчивой тревожности в современной научной литературе довольно немногочисленны. Можно назвать, пожалуй, лишь фактор «несоответствия детей престижным устремлениям родителей», выделенный в качестве значимого для тревожности младших школьников [32]. Кроме того, необходимо учесть, что факторы семейного воздействия относятся преимущественно к детям дошкольного и младшего школьного возраста. Вопросы влияния характеристик семьи и особенностей семейного воспитания на тревожность более старших детей и подростков разрозненны и встречаются лишь в единичных работах. В целом обобщение имеющихся литературных сведений по данной проблеме показывает, что тревожные дети и подростки

чувствуют себя в семье значительно менее уверенно, надежно и защищенно, чем их сверстники с нормальным уровнем тревожности.

Еще одним значимым социальным фактором при рассмотрении вопроса о возникновении тревожности у детей является успешность ребенка в школе. По результатам ряда исследований, связь между тревожностью и успеваемостью, определяемой по текущим отметкам, не обнаруживается [13; 21]. Она выявляется, однако, при анализе субъективного восприятия ребенком его успеваемости [18]. У школьников с нормальным уровнем личностной тревожности удовлетворенность успеваемостью зависит преимущественно от полученной отметки. Тревожные дети чаще не удовлетворены своей успеваемостью, вне зависимости от оценок [1]. Все это указывает на значимость успеваемости как фактора, влияющего, по меньшей мере, на поддержание и усиление тревоги, но влияющего не прямо, а опосредованно.

Проблема успеваемости тесно связана с тем, как складываются отношения школьника с педагогами. Грубость и нетактичное поведение учителей по отношению к учащимся часто рассматриваются как одна из основных причин детской тревожности. Подобная тревожность описывается в литературе под названием «дидактогенного невроза» [24]. Анализ ряда клинических случаев показал, что конфликтные взаимоотношения с педагогом оказываются наиболее губительными для тех детей, кто уже имеет тревожность или находится в состоянии «тревожной готовности», то есть чувствует себя беспомощным, не имеющим защиты, возможностей сопротивления [32].

В качестве еще одного социального фактора формирования тревожности у детей выступают взаимоотношения со сверстниками [8; 11; 16 и др.]. Тревожные дети часто оценивают группу сверстников как ненадежную, доминантную, отвергающую. При этом тревожность зачастую выступает в качестве основного мотива общения, порождая повышенную зависимость высокотревожного ребенка от сверстников. Таким образом, можно полагать, что не столько особенности неблагоприятного общения со сверстниками влияют на возникновение и закрепление тревожности, сколько, напротив, тревожность определяет характеристики такого общения.

В качестве важнейшего источника тревожности многими авторами выделяется внутренний конфликт, связанный с самооценкой, «Я-концепцией» [7; 13; 22]. Высокая тревожность свидетельствует о наличии у человека неблагоприятного эмоционального опыта. Однако, как показывают данные исследований, посвященных этиологии детской тревожности, надежно выявить источник такого опыта достаточно трудно [27; 28]. Существенное влияние на его накопление оказывает то, что в оценке своих успехов и неудач тревожные дети ориентируются в основном на внешние критерии (оценку окружающих и

др.). Поскольку такие критерии в значительной мере находятся вне контроля человека, это сопровождается постоянным переживанием неопределенности, порождая неуверенность и тревогу. Можно полагать, что указанные особенности отрицательного эмоционального опыта влияют на диффузный, беспредметный характер переживания тревоги [18].

Описанные факторы позволяют представить схему происхождения детской тревожности и ее закрепления как устойчивого личностного образования на разных возрастных этапах. У дошкольников и младших школьников тревожность возникает вследствие фрустрации потребности в защищенности со стороны ближайшего окружения. В эти периоды тревожность еще не является собственно личностным образованием, она представляет собой функцию неблагоприятных взаимоотношений с близкими взрослыми. С предподросткового возраста тревожность все более опосредуется особенностями отношения к себе, носящими в этот период противоречивый, конфликтный характер. Вместе с тем и сама тревожность углубляет и усиливает этот конфликт – возникающие в результате этого сомнения даже в реальных достижениях еще более увеличивают отрицательный эмоциональный опыт. Поэтому тревожность закрепляется, приобретает стабильные формы реализации в поведении и становится личностным свойством, имеющим собственную побудительную силу. Внутренний конфликт, отражающий противоречия в самооценке, «Я-концепции», продолжает играть центральную роль в возникновении и закреплении тревожности и в дальнейшем, причем на каждом этапе в него включаются те аспекты «Я», которые наиболее значимы в этот период.

Таким образом, тревожность имеет ярко выраженную возрастную специфику, обнаруживающуюся в ее источниках, содержании, формах проявления. В целом, возникновение и закрепление тревожности как устойчивого образования связано с неудовлетворением ведущих потребностей возраста. Для каждого возрастного периода существуют определенные области, которые вызывают повышенную тревогу большинства детей. У детей раннего и дошкольного возраста тревога порождается разлукой с близкими людьми. В возрасте 6-7 лет главную роль играет адаптация к школе, в младшем подростковом – общение со взрослыми (родителями и учителями), в старшем подростковом – общение со сверстниками, в ранней юности – отношение к будущему и проблемы, связанные с отношениями полов. Субъективное неблагополучие ребенка в этих областях, сочетающееся с определенной слабостью психодинамики его нервных процессов и будет являться причиной формирования и закрепления личностной тревожности у детей.

Следует отметить, однако, что у исследователей нет единого мнения по вопросу того, в каком именно возрасте тревожность становится устойчивым личностным образованием. Одни авторы полагают, что об этом можно говорить только к подростковому возрасту, а в

дошкольном и младшем школьном возрасте тревожность является производной широкого круга семейных нарушений [1; 6; 18]. По мнению других исследователей, тревога зарождается уже в раннем детском возрасте и при неблагоприятных внешних обстоятельствах в старшем дошкольном возрасте она перерастает в тревожность [9; 20; 25].

Keeton C., Kolos A., Walkup J. отмечают тот факт, что формирование тревожности как устойчивого состояния непосредственно связано с уровнем развития ребенка [27]. Для того, чтобы реагировать на определенные события повышением уровня тревожности, ребенок должен обладать развитым восприятием, чтобы заметить опасность, и достаточным уровнем мышления, чтобы прийти к умозаключению о неспособности предотвращения этой опасности.

Несмотря на разницу подходов, большинство исследователей все же подчеркивают, что одним из периодов, на которые приходится значительное увеличение числа тревожных детей, является младший школьный возраст [2; 19; 21; 25 и др.]. Специфический вид тревожности, появляющийся в этот период в связи с вхождением детей в новую социальную ситуацию развития – школьная тревожность. Это довольно широкое понятие, включающее различные аспекты устойчивого эмоционального неблагополучия, выражающиеся волнением в учебных ситуациях, ожиданием отрицательной оценки со стороны педагогов и сверстников [13; 33].

Данные о половых различиях свидетельствуют, что по уровню и интенсивности переживания тревоги наблюдается разница в возрастной динамике состояния тревожности у мальчиков и девочек [6; 8]. В дошкольном и младшем школьном возрасте мальчики более тревожны, чем девочки, в 9–11 лет интенсивность переживаний у обоих полов выравнивается, а после 12 лет общий уровень тревожности у девочек в целом возрастает, а у мальчиков несколько снижается [22].

В исследованиях Б. Кочубей, Е. Новиковой установлено, что тревога девочек по своему содержанию отличается от тревоги мальчиков, причем, чем старше дети, чем значительнее эта разница [13]. Тревога девочек чаще бывает связана с другими людьми: их беспокоит отношение окружающих, возможность ссоры или разлуки с ними. Мальчиков чаще всего тревожит насилие в разных его аспектах. Они боятся физических травм, несчастных случаев, а также наказаний, источником которых являются родители или авторитеты вне семьи: учителя, директор школы.

Рассматривая проблему детской тревожности, необходимо также затронуть вопрос о ее влиянии на успешность деятельности. Влияние тревожности на развитие личности, поведение и деятельность ребенка может носить как негативный, так и до некоторой степени позитивный характер, однако и в последнем случае оно имеет жесткие ограничения,

обусловленные выраженной адаптивной природой этого образования. Проведенные исследования показывают, что вплоть до подросткового возраста высокая тревожность оказывает отрицательное влияние на успешность деятельности. Мобилизующую функцию тревога начинает выполнять лишь в старшем подростковом возрасте, поскольку только к этому возрасту она может стать мотиватором деятельности, подменяя собой другие потребности и мотивы [17; 18; 20].

Считается, что высокая тревожность детей младшего школьного возраста лежит в основе многих школьных трудностей, обуславливающих формирование разнообразных негативных изменений функционального состояния [21; 27; 30]. Выраженная тревожность снижает способность к концентрации внимания, ухудшает воспроизведение информации и ассоциативное мышление [2; 17; 18]. Ее действие может проявляться в увеличении временного интервала восприятия и обработки информации, в трудностях организации самостоятельной деятельности и выбора адекватных приемов запоминания [14; 23]. Таким образом, устойчиво высокий уровень тревожности в детском возрасте приводит к широкому кругу проблем: тот факт, что личность находится в стадии формирования, делает влияние длительного состояния тревоги значительно более сильным. Следствием такого влияния может являться нарушение развития отдельных структур и функций, а, в конечном счете, – нарушение формирования структуры личности в целом [2; 5; 9].

Следует отметить, однако, что к настоящему времени исследования проблемы высокой тревожности у детей не носят комплексного характера и, как правило, опираются на субъективные методы диагностики и интерпретации данных. В современной научной литературе фактически отсутствуют работы, посвященные анализу физиологических и психофизиологических изменений в организме при высоком уровне тревожности у детей. Вместе с тем, исследования подобного рода на сегодняшний день приобретают особую актуальность. Необходимость в совершенствовании подходов к интерпретации детской тревожности обусловлена важностью выявления характера ее воздействия на детский организм и своевременного предупреждения возможных негативных последствий такого воздействия.

Работа выполнена при поддержке Гранта Президента РФ (№ 14.У30.14.2785-МК)

Список литературы

1. Айрапетянц М.Г., Школьник Т.К., Луцкекина Е.А. Сопоставление показателей стресса и личностной тревожности у подростков, воспитывающихся в социально благоприятных и

социально неблагоприятных условиях // Журнал высшей нервной деятельности. 2007. Т. 57, № 3. С. 261–267.

2. Астапов В.М. Тревожность у детей. М. : ПЕР СЭ, 2008. 160 с.
3. Афтанас Л.И. Эмоциональное пространство человека: психофизиологический анализ. Новосибирск: СО РАМН, 2000. 126 с.
4. Баданина Л.П. Соотношение психологических и нейропсихологических коррелятов эмоциональной неустойчивости у младших школьников: Автореф. дис. канд. психол. наук. СПб., 1996. 42 с.
5. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Л. : Наука, 1988. 270 с.
6. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М., 1984. 200 с.
7. Гафаров В.В. Личность и ее взаимодействие с социальной средой: непроторенная дорога. Новосибирск : СО РАН, 2008. 280 с.
8. Еремеева В.Д., Хризман Т.П. Мальчики и девочки: два разных мира. Нейропсихологии учителям, родителям, школьным психологам. СПб. : Тускарора, 2001. 184 с.
9. Захаров А.И. Происхождение детских неврозов и психотерапия. М. : ЭКСМО-Пресс, 2000. 448 с.
10. Изард К. Психология эмоций. СПб., 1999. 460 с.
11. Кисловская В.Р. Школьники в среде сверстников и взрослых. Алма-Ата : Образование, 2004. 360 с.
12. Костина Л.М. Методы диагностики тревожности. СПб. : Речь, 2005. 198 с.
13. Кочубей Б.И., Новикова Е.В. Эмоциональная устойчивость школьника. М., 1988. 80 с.
14. Латентное время сенсомоторных реакций у детей 10-11 лет с высоким уровнем тревожности / Грибанов А.В., Кожевникова И.С., Нехорошкова А.Н. [и др.] // Экология человека. 2011. № 1. С. 46–50.
15. Левитов Н.Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги // Вопросы психологии. 1969. № 1. С. 131–138.
16. Маствелискер Э.И. Индивидуальный стиль общения в совместной деятельности // Вопросы психологии. 1989. № 3. С. 63–70.
17. Нехорошкова А.Н., Грибанов А.В., Депутат И.С. Взаимосвязь качественных параметров интеллектуальных и зрительно-моторных тестов у тревожных детей // Вестник САФУ. Серия «Медико-биологические науки». 2013. № 1. С. 46–54.
18. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. Воронеж : НПО «МОДЕК», 2007. 304 с.

19. Ромицина Е.Е. Методика «Многомерная оценка детской тревожности». СПб. : Речь, 2006. 112 с.
20. Савина Е., Шанина Н. Тревожные дети // Дошкольное воспитание. 1996. № 4. С. 11–14.
21. Сушкова Ф. Уровень тревожности школьников растет // Воспитание школьников. 2006. № 9 С. 26–35.
22. Тревога и тревожность. Хрестоматия / под ред. В.М. Астапова. М. : ПЕР СЭ, 2008. 240 с.
23. Хабирова Е.Р. Тревожность и ее последствия // Ананьевские чтения–2003. СПб., 2003. С. 301–302.
24. Ясюкова Л.А. Психологическая профилактика проблем в обучении и развитии школьников. СПб. : Речь, 2003. 384 с.
25. Beesdo K., Knappe S., Pine D. Anxiety and anxiety disorders in children and adolescents: developmental issues and implications for DSM-V // Psychiatr Clin North. 2009. Vol. 32. P. 483–424.
26. Blau A. A unitary hypothesis of emotion: Anxiety, emotions of displeasure and affective disorders // J. Psychoanal. Quart. 1995. Vol. 24. P. 75.
27. Keeton C., Kolos A., Walkup J. Pediatric generalized anxiety disorder: epidemiology, diagnosis, and management // Paediatr Drugs. 2009. V. 11. P. 171–183.
28. Khalid-Khan S., Santibanez M., McMicken C. Social anxiety disorder in children and adolescents: epidemiology, diagnosis, and treatment // Journal of Anxiety Disorders. 2009. Vol. 23. P. 167–177.
29. Klein M. The Psychoanalysis of children. London : Kohlberg, 1987. 231 p.
30. Murray L., Creswell C., Cooper P. The development of anxiety disorders in childhood: an integrative review // Psychological Medicine. 2009. Vol. 39(9). P. 1413–1423.
31. Nevo G., Manassis K. Outcomes for treated anxious children: a critical review of Long-Term-Follow-Up studies // Depression and Anxiety. 2009. Vol. 26. P. 650–660.
32. Phillips B.N. School Stress and Anxiety. New York, 1978. 165 p.
33. Schuch B. Social anxiety in childhood and youth // Psychiatria Danubina. 2009. Vol. 21, № 4. P. 453–462.
34. Smoller J., Block S., Young M. Genetics of anxiety disorders: the complex road from DSM to DNA // Depress Anxiety. 2009. Vol. 26(11). P. 965–975.

Рецензенты:

Соловьев А.Г., д.м.н., профессор, заведующий кафедрой психиатрии и клинической психологии ГБОУ ВПО «Северный государственный медицинский университет», г.Архангельск;

Гудков А.Б., д.м.н., профессор, заведующий кафедрой гигиены и медицинской экологии ГБОУ ВПО «Северный государственный медицинский университет», г. Архангельск.