

**Современная наука и образование:  
новые подходы и актуальные исследования**

**УДК 373.3**

**Васильев Валентин Валентинович,**

аспирант 3 курса,

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный

педагогический университет им. И.Я. Яковлева»,

ул. К. Маркса, д. 38, г. Чебоксары, 428000, Россия

**РЕТРОСПЕКТИВНЫЙ АНАЛИЗ ИЗУЧЕНИЯ ВЛИЯНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ  
НА ПРОЦЕСС СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ  
АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА**

**Аннотация.** В статье приводится результат теоретического анализа реферативного обзора научно-педагогической литературы по проблеме изучения тревожности у детей раннего дошкольного возраста в период социально-психологической адаптации к ДОО. В работе представлены выводы, основанные на разностороннем изучении категорий, понятий, прикладных, методологических, фундаментальных трудов известных ученых различных эпох и школ о категориях «тревожность» и «адаптация личности». Полученные результаты позволяют сделать вывод о том, что тревожность в допустимых пределах является важным фактором адаптации, мобилирующим резервы организма, побуждающим к развитию и вхождению в новый круг социальных контактов. Однако, слишком низкий или, наоборот, неадекватно высокий уровень тревожности, замедляет приспособительные процессы, в тяжёлых случаях приводят к ухудшению состояния, нервно-психологическим срывам и дезадаптации.

**Ключевые слова:** адаптация, тревожность, ранний возраст, исторический анализ.

Взаимосвязь адаптационного процесса и понятия тревожности, как системного свойства личности, представляет собой один из самых интригующих

## **Современная наука и образование: новые подходы и актуальные исследования**

феноменов во многих отраслях современной науки. О том, как возникали представления об этом многообразнейшем конгломерате психофизиологического процесса и личностной характеристики, а также о том, как оно понимается в современной психологии и педагогике, повествуется в данной работе. Значимость проведённого исследования заключается в том, что автор проводит анализ причин и воздействия тревожности на процесс адаптации, начиная с возникновения тревожности уже в раннем возрасте.

На сегодняшний день настоящая проблема уже довольно длительное время находится в поле научного дискурса. Изучением феномена детской тревожности, вызванной пребыванием в новых условиях, занимались видные представители различных психологических школ, физиологи, педагоги, такие, как С. Кьеркегор, З. Фрейд, Г. Селье, И. П. Павлов, Ф. Б. Березин, Л. С. Выготский, А. И. Захаров, А. М. Прихожан.

В настоящий момент установлено, что адаптация к ДОУ – зачастую трудный и болезненный процесс для детей раннего возраста. Вхождение в новый коллектив, привыкание к изменившимся условиям жизни вызывает у ребёнка тревогу, эмоциональную напряжённость, которые негативно сказываются на дальнейшем развитии.

Оставаясь на протяжении многих лет в поле научного дискурса, проблема влияния тревожности на социально-психологическую адаптацию, кажется, ещё довольно далека от решения. Количество дошкольников-дезадаптантов с неадекватно высоким уровнем тревожности не уменьшается, список вопросов, являющихся чрезвычайно важными как с научной, так и с практической точки зрения, растёт год от года, список позиций исследователей, мнения по которым существенно расходятся, также весьма обширен.

Тревога и тревожность занимают одно из центральных мест в теоретической модели психической адаптации, так как они составляют важную характеристику эмоционального показателя социально-стрессовой реакции, своего рода

## **Современная наука и образование: новые подходы и актуальные исследования**

эмоциональным резонансом, свидетельствующим о трудностях, которые испытывает индивид в ходе процесса психологической адаптации.

Дошкольное учреждение представляет собой один из важнейших факторов формирования личности ребенка. Базис широкого спектра основных свойств личности складывается в течение первых лет жизни, по большей части предопределяя его дальнейшее развитие. Появившись в раннем возрасте, тревожность стабильно и непрерывно имеет место в течение всей жизни человека [2]. Однако, исследований, посвящённых выявлению первоначальных причин возникновения тревожности ещё на стадии раннего детства, недостаточно.

На сегодняшний день исследование тревожности остаётся в рамках определенных прикладных проблем: школьная, экзаменационная, соревновательная тревожность. Решение этих проблем не всегда может быть полным и достаточным для раскрытия общепсихологических закономерностей.

Оценивая накопление изученности проблемы тревожности, нужно отметить две первоначально кажущиеся взаимоисключающими тенденции: в одном случае, упоминания о неразработанности и неопределённости, многозначность и неясность понятия «тревожность», истоков и предпосылок самой тревожности, а в другом – присутствие прямой согласованности между исследователями по целому ряду основных вопросов, которая позволяет определить общие контуры данной проблемы.

Эти факты продиктовали актуальность данного исследования, которое, на наш взгляд, поможет решить ряд проблем педагогического сопровождения детей с повышенной тревожностью, проходящих адаптацию к дошкольному учреждению.

Для достижения сформулированных нами целей исследования мы осуществили реферативно-аналитический обзор научной литературы по проблеме влияния и взаимосвязи личностной тревожности и социально-психологической адаптации в разные исторические периоды. Мы использовали следующие методы и приёмы исследования: архивный метод, индукцию, классификацию, теоретический анализ, систематизацию и обобщение и синтез.

## **Современная наука и образование: новые подходы и актуальные исследования**

Проблеме взаимодетерминирующего влияния тревожности и адаптации посвящено большое количество работ: в психологии, физиологии, биохимии, психиатрии, социологии и философии. На нее неустанно обращают внимание учёные теоретики и практикующие педагоги.

С самого начального этапа научная мысль считает страх важнейшим феноменом человеческого и социального бытия. В античной философии встречается стремление представить множество форм тревоги и понять страх, стоя на позициях того или иного философского направления.

Наиболее общий подход, близкий к современному пониманию проблемы тревожности и путей её формирования методом научения, выражен в трактате древнеримского философа Цицерона «Тускуланские беседы». Такое понятие сообразно теории обусловливания, если считать тревожность условной реакцией, а страдание – безусловной.

Средневековые философы, в первую очередь представители патристики, считали связанными проблему тревожности и душеполезности, трактуемой теологически. Идеологическая трансформация эпохи Возрождения, сопутствуемая секуляризацией, сдвинула акценты изучения страха в направлении его утилитарного смысла. В философии Нового времени сформировался ряд подходов к исследованию страха. Некоторые из этих подходов продолжали развивать проблематику, поднятую античными мыслителями, другие отражали специфику философского развития этого времени. Тогда же началось активное исследование связи тревожных проявлений, формирования тревожности, как основной черты личности, в связи с вхождением в индивида в социум [11].

В двадцатом веке в связи со сменой научных парадигм, расширением методологической базы исследования, появлением валидных и надёжных экспериментальных методик, определение роли тревожности в адаптационном процессе получило множество самых разных толкований, имеющих как сходство, так и различие, что осложняет поиск единственно верной дефиниции.

**Современная наука и образование:  
новые подходы и актуальные исследования**

3. Фрейд, основатель психоанализа, в своей работе «Торможение. Симптом. Тревожность» описывал тревожность, как неприятное эмоциональное переживание, которое является сигналом предугадываемой опасности. Исследуя природу субъективных факторов, Фрейд в рамках собственной механистической концепции связывает невротическую тревогу с инстинктивными источниками. Дальнейшее изучение понятий «тревожность», «тревога», «страх», продолжилось в работах неофрейдистов [12].

Согласно их утверждениям, тревожность – это диффузное опасение, основное различие между тревожностью и страхом заключается в том, что страх есть реакция на специальную опасность, в отличие от тревожности, которая беспредметна. Особая характеристика тревожности состоит в ощущении неопределенности и беспомощности перед опасностью [8].

С точки зрения бихевиоризма, тревожность является следствием воздействия отрицательных факторов-раздражителей (травмы, конфликты), а избегание этих раздражителей служит положительным подкреплением. Рассмотрение страха как фундаментальной эмоции, проявляющейся уже в раннем детстве, наиболее ярко можно проследить в работах основателя бихевиоризма Дж. Уотсона. В своём труде, опубликованном в журнале «Экспериментальная психология», он описывает тревожность, как приобретаемую черту личности, формирующуюся при определённой ситуации.

Исследование процессов адаптации теснейшим образом связано с понятиями об эмоциональном напряжении и стрессе. Г. Селье в его классических исследованиях было установлено, что различные физиологические состояния, вызванные стрессором, невзирая на многообразие выражений, вызванное спецификой воздействия факторов, обладают однотипной неспецифической реакцией организма. Проявлению этой реакции Селье дал наименование «общего адаптационного синдрома», а возникающее в это время особое состояние организма назвал «стресс» (напряжение) [10].

## **Современная наука и образование: новые подходы и актуальные исследования**

В настоящее время на Западе социальная тревожность у детей исследуется в следующих направлениях:

- в возрастной психологии – в аспекте поведенческого торможения и его биологических источников;
- в рамках психологии развития – аффективно-поведенческого профиля одиночества/замкнутости и его источников в детско-родительском взаимодействии и отношениях с ровесниками;
- клинический подход предполагает изучение избегающего расстройства личности (социальной фобии) вопросов его диагностики.

В отечественной науке также неоднократно возникал интерес к проблеме тревожности, вызванной вхождением в новые условия. Так, И. П. Павлов установил, что состояние тревоги обуславливается переменами в условиях жизни, в привычной деятельности, расстройством динамического стереотипа [7].

Его последователи Б. М. Теплов и В. Д. Небылицина сформулировали подход, объясняющий личностную склонность к тревоге свойствами нервной системы, индивидуально реагирующей на изменение условий.

Ф. Б. Березин провёл параллель между главными стадиями стресса, представленными Г. Селье, и периодами адаптации. Временной отрезок первичной адаптации сопровождается реакцией тревоги (аларм-реакция), стабильной адаптации – стадия сопротивления, а адаптационного утомления – стадия истощения [1].

Л. С. Выготский при изучении аффективных эмоций на фоне их влияния на развитие индивида в периоды различных стадий онтогенеза упоминал об особенно значимом их воздействии на развитие ребенка, разграничивая продуктивные и непродуктивные переживания. По словам Льва Семеновича, тревожность, будучи очевидным эмоциональным настроением с царящим чувством страха и беспокойства, при скоплении изрядного багажа не поддающихся разрешению и продолжающихся с более раннего возраста страхов, является непродуктивной эмоцией [3]. Главной и

## **Современная наука и образование: новые подходы и актуальные исследования**

основной причиной такого типа эмоций является стиль семейного воспитания и сложившийся тип отношений между детьми и родителями.

В конце второй половины двадцатого века большой вклад в изучение проблем эмоциональной сферы, связанных с прохождением адаптационного периода, внесли отечественные учёные.

Идеи Ю. Л. Ханина о «зоне оптимального функционирования» послужили пониманию появления тревожности как личностного свойства и как состояния, сопряженного с происходящей ситуацией.

Несколько работ Л. М. Аболина посвящено исследованию особенностей эмоционального опыта человека, начиная с возникновения предпосылок устойчивых личностных особенностей в период дошкольного детства.

Также нельзя не заметить вклад Л. И. Божович, выделяющей адекватную и неадекватную тревожность.

По причине значительных изменений в жизни общества, модернизации дошкольного образования в последние десятилетия значительно повысился интерес российских учёных к изучению тревожности дошкольного образования. Прежде всего, перенесён акцент на интеллектуальное развитие ребенка в ущерб социальному, «усреднение» личности дошкольника, происходит копирование стандартизированной западной системы образования, неадекватной создавшейся в России системе образовательных отношений.

Так, исследование механизма зарождения тревоги уже на этапе перинатального развития представлено в трудах А. И. Захарова. По мнению учёного, в дошкольном детстве переживания тревожности связаны с угрозой потери принадлежности к группе. Примером такой ситуации может служить начало посещения ДОО, когда ребёнок на несколько часов в день расстаётся с матерью. При негативном стечении обстоятельств (тревога и страхи окружающих ребенка взрослых, травмирующий жизненный опыт) тревога чаще всего перерастает в тревожность [4].

## **Современная наука и образование: новые подходы и актуальные исследования**

А. М. Прихожан раскрывает в своих работах механизм «замкнутого психологического круга». Этот термин подразумевает закрепление и усиление тревожности, которая ведёт к накоплению и углублению отрицательного эмоционального опыта, что способствует увеличению и сохранению тревожности [9]. Такая ситуация наблюдается у детей с тяжёлой степенью адаптации или дезадаптацией к дошкольному учреждению.

Резюмируя вышесказанное, можно сделать вывод о том, что проблема влияния тревожности на процесс социальной адаптации является предметом исследования как зарубежных, так и отечественных ученых в течение многих лет.

Причины формирования тревожности заключаются не только в природных, генетических факторах развития психики ребенка, но и в гораздо большей степени в социальных, раскрывающихся условиях социализации. Если первый путь формирования тревожности малодоступен для коррекции, то второй путь позволяет создать условия, помогающие преодолению формирования высокого уровня тревожности, затрудняющего адаптацию.

Как эмоциональному фактору тревожности принадлежит важная роль в процессе адаптации. Сегодня не существует однозначного отношения к месту тревожности в процессе социальной адаптации: одни учёные считают, что тревожность – фактор, препятствующий успешной адаптации; по мнению других, тревожность необходима для активации защитных функций адаптирующегося; для третьих тревожность – маркер благополучия личности; четвёртые рассматривают тревожность в качестве показателя сложности самого процесса адаптации для личности, в качестве «цены» или «стоимости» адаптации к социальному окружению [5].

Известно, что вне наиболее благоприятных значений тревожность вызывает негативное влияние на поведение и деятельность человека. Нарушения деятельности и дезадаптацию чаще всего считают зависимыми от слишком высокого или слишком низкого уровня тревожности. Таким образом, коррекция неадекватного условиям уровня тревожности является необходимым условием успешной



## **Современная наука и образование: новые подходы и актуальные исследования**

адаптации к ДОУ [6].

Полученная информация позволяет говорить о важности периода поступления ребенка в детское дошкольное учреждение, т.к. именно на этом этапе происходит резкий подъем напряжения и беспокойства, изменения эмоционального состояния малышей, что может послужить одной из причин патологической тревожности, превращающейся в дальнейшем в устойчивую черту характера.

К сожалению, невзирая на рассмотренное выше большое количество работ по исследуемой проблеме, изучению детской тревожности уделяется недостаточно внимания.

### **Список литературы**

1. Березин, Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека – монография / Ф. Б. Березин; АН СССР, Дальневост. отд-ние, Инт. биол. проблем Севера, М-во здравоохранения СССР. 1-й Моск. мед. ин-т им. И.М. Сеченова. Л. : Наука, 1988. – 272 с. – Текст : непосредственный.
2. Васильев, В. В. Изучение феномена социальной адаптации человека в философии науки. Подходы к изучению проблемы / В. В. Васильев. – Текст : непосредственный // Образование в России и актуальные вопросы современной науки: материалы II Всероссийской научно-прак. конф (г. Чебоксары, 2020 г.). Чебоксары: Негосударственное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Экспертно-методический центр», 2020. – С. 165-168. – Текст : непосредственный.
3. Выготский, Л. С. Избранные психологические исследования / Л. С. Выготский. – М. : Наука, 2016. – 526 с. – Текст : непосредственный.
4. Захаров, А. И. Происхождение детских неврозов и психотерапия. / А. И. Захаров. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2000. – 448 с. – Текст : непосредственный.
5. Костяк, Т. В. Психологическая адаптация ребенка в детском саду / Т. В. Костяк – М. : Академия, 2015. – 176 с. – Текст : непосредственный.
6. Нестеренко, А. М. Психологическая безопасность личности тревожного дошкольника в период адаптации к ДОУ / А. М. Нестеренко // Наука через призму времени. – 2018. – №3 (12). – С. 93–96. – Текст : непосредственный.
7. Павлов, И. П. Полное собрание сочинений в 6 томах: том 3, книга вторая / И. П. Павлов. – М. : Академия Наук СССР, 1951-1954. – 439 с. – Текст : непосредственный.

**Современная наука и образование:  
новые подходы и актуальные исследования**

8. Полшкова, Т. А. Проблема ситуативной тревожности в психолого-педагогических исследованиях / Т. А. Полшкова. – Текст : непосредственный // Актуальные вопросы современной психологии : материалы II Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2013 г.). – Челябинск : Два комсомольца, 2013. – С. 107-110. — URL: <https://moluch.ru/conf/psy/archive/81/3495/> (дата обращения: 13.07.2022).
9. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика / А. М. Прихожан. – Воронеж : НПО МОДЭК, 2014. – 304 с. – Текст : непосредственный.
10. Селье, Г. Очерки об адапционном синдроме / Г. Селье – М. : Государственное издательство медицинской литературы, 1960. – 254 с. – Текст : непосредственный.
11. Кьеркегор, С. Тревога и тревожность: хрестоматия / С. Кьеркегор [и др.]. – М.: ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. – 240 с. – Текст : непосредственный.
12. Фрейд, З. Введение в психоанализ: лекции / З. Фрейд. – М.: Наука, 2015. – 456 с. – Текст : непосредственный.