

Исакова Виктория Вячеславовна
студентка магистратуры 1 курса Школы педагогики
ФГАОУ ВО «Дальневосточный федеральный университет»
г. Уссурийск, РФ

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

***Аннотация:** В статье рассмотрены особенности проявления страха у детей дошкольного возраста, основные их виды. Описаны факторы, влияющие на их возникновение, а также методы их коррекции.*

***Ключевые слова:** дошкольный возраст, коррекционная работа, психологическая помощь, страхи, эмоциональное состояние.*

***Abstract:** The article describes the features of the manifestation of fear in children of preschool age, their main types. The factors affecting their occurrence, as well as methods for their correction are described.*

***Keywords:** preschool age, remedial work, psychological assistance, fears, emotional state.*

Страх является внутренним состоянием, которое сформировалось исходя из предполагаемой или реальной угрозы. В отличие от других, страх сопровождает преддверие ситуации. Появление эмоции страха возникает тогда, когда человек понимает, что находится в потенциально опасной ситуации или для его биологического и социального существования, или для его спокойствия. Страх – это своего рода предупреждение или сигнал о надвигающейся опасности. Реальна ли это угроза или нет, в принципе не имеет значения, так как организм действует одинаково. Чаще всего страх проявляется в тех случаях, когда человек, который его испытывает, расценивает сложившуюся ситуацию

как неразрешимую. Поэтому то и возникает страх, человек осознает свою беспомощность и боится того, что его ждет дальше.

А.И. Захаров писал о том, что страх может появляться у человека любой возрастной группы:

– дети от 1 года до 3 лет часто страдают от ночных страхов. В два года наиболее вероятно появление страха от неожиданных звуков, страха боли (в том числе, страх перед врачами и другими медицинскими работниками) и страха одиночества.

– с 3 до 5 лет дети не редко боятся одиночества, темноты, а также замкнутого пространства.

– с 5 до 7 лет на первый план выходит страх смерти. Именно в этом возрасте ребенок осознает, что он или кто-то еще может умереть.

– с 7 до 11 лет дети чаще всего имеют страх быть не тем, о ком хорошо говорят, кого понимают, ценят и уважают. Но в то же время, если страхов очень много, то это может быть звоночком о тревожности ребенка. Но на сегодняшний день еще не установлено определенной точки зрения по поводу причин возникновения тревожности у детей [2, с. 119].

Выделяют три вида страха. Классификация определяется исходя из предмета страха, характеристик его протекания, его длительность, а также причины возникновения.

Первыми в этой классификации являются навязчивые страхи. Такие страхи сопровождают ребенка в конкретных, определенных ситуациях. Ребенок в данном случае боится последствий. К таким страхам можно отнести страх открытых или закрытых пространств, страх высоты и другие.

Вторая группа – бредовые страхи. Пожалуй, это самая тяжелая группа страхов. Их причину выявить не представляется возможным. Совершенно нельзя понять, почему ребенок боится надевать синие брюки или играть с мишкой. Наличие таких страхов не редко указывает на то, что в психике ребенка есть отклонения. Но если вы обнаружили такой вид страха, не стоит сразу же пугаться и ставить диагноз. Причина может быть вполне оправданной. Например, ребенок

не желает надевать те синие брюки, потому что он упал в них недавно, больно ударился и теперь он опасается, что это может произойти снова.

Третья группа – сверхценные страхи. Эти страхи встречаются у детей наиболее часто. Эти страхи порождаются фантазией ребенка, и связаны они с некой «идеей фикс». Практикующему психологу в большинстве случаев приходится решать именно такие страхи. Как правило, проблема состоит в том, что дети заикливаются на этой идеи, никак не могут избавиться от навязчивой фантазийной ситуации. В первый этап эти страхи проявляются в какой-то одной ситуации, но если заикленность не проходит, то в итоге проблема занимает всю жизнь малыша и он уже больше не может ни о чем думать. К таким страхам можно отнести, например, страх темноты. Воображение ребенка рисует в темноте призраков, оборотней, каких-то страшных животных или ведьм. Также к этой группе относится и страх нападения, страх потеряться, страх воды, боли, огня и резких звуков. Например, боязнь воды отнести можно к двум категориям – сверхценные страхи и навязчивые страхи. И здесь, следует понимать, что если есть причина (например, ребенок когда-то тонул) – то это определенно навязчивый страх. Если объективная причина отсутствует – это сверхценный страх [4, с. 56].

Страх является интенсивно выраженной эмоцией. Однако, не смотря на это, следует понимать, что есть отличия естественного, обычного, возрастного и патологического уровня. Чаще всего страх – явление временное. Он может исчезнуть с возрастом, не повлияв существенно на характер ребенка, и не затронув каких-то глубоких ценностных ориентаций. Взаимоотношения с другими людьми и поведение в дальнейшем также не претерпевают изменений. А также, некоторые страхи выполняют защитную функцию, тем самым позволяя избежать соприкосновения с причиной возникновения страха [1, с. 128].

Патологический страх можно распознать через его драматическое выражение (эмоциональный шок, ужас, потрясение), а также через длительность, или навязчивость состояния, произвольность. Полное отсутствие осуществления контроля со стороны сознания, что приводит к

неблагоприятному воздействию на характер, на социализацию и межличностные отношения.

Факторы, которые влияют на возникновение страхов:

- тревожность в отношениях родителей с ребенком, избыточная изоляция его от общения со сверстниками и боязнь, что он попадет в опасную ситуацию;
- наличие страхов у родителей, в первую очередь у матери;
- огромное количество запретов со стороны родителя того же пола или полное предоставление свободы ребенку родителем другого пола. Кроме того, многочисленные пустословные угрозы любого взрослого в семье;
- психические травмы, например такие, как испуг, которые обостряют возрастную чувствительность ребенка к различным страхам;
- излишне ранняя рационализация чувств ребенка, которая объясняется чрезмерной принципиальностью родителей или отсутствием эмоциональной близости с детьми;
- конфликтные отношения между родителями в семье;
- отсутствие возможности для ролевой идентификации с родителем того же пола. Чаще всего это причина создает проблемы в общении со сверстниками и неуверенность в себе у мальчиков;
- психическое заражение страхами в процессе общения с людьми своей возрастной группы и с взрослыми [3, с. 215].

Нестабильность нашей жизни, проблематика воспитания в семьях и в детских садах и другие многочисленные проблемы порождают все новые поколения дошкольников с невротическими отклонениями. На сегодняшний день уровень развития программ и психологических учений находится на достаточно хорошем уровне, чтобы своевременно выявлять формирования невротических отклонений у детей и корректировать их развитие.

Страх играет немаловажную роль в жизни ребёнка. С одной стороны, он может уберечь его от рискованных и необдуманных поступков. А с другой стороны - устойчивые страхи препятствуют развитию личности ребёнка,

способствуют повышенной тревожности и формированию неуверенности, сковывают его творческую энергию. Страхи сопровождают развитие любого ребенка, а появление различных эмоциональных нарушений, психологических проблем имеют связь с неблагоприятными событиями, которые произошли в столь ранний и насыщенный период развития.

Профилактика страхов, прежде всего, заключается в воспитании таких качеств, как уверенность в себе, оптимизм и самостоятельность. Ребенок должен понимать, что знания о реальных угрозах и опасностях дают ему преимущества, и относиться к этому адекватно.

Коррекция страхов осуществляется средствами игротерапии, сказкотерапии, арттерапии, куклотерапии, психоэлекации, индивидуально-групповых занятий, улучшения детско-родительских отношений. Рисование используется в целях коррекции. Во время рисования ребенок позволяет своим чувствам, переживаниям, мечтам и желаниям найти выход, а также, зачастую, безболезненно соприкоснуться с пугающими, неприятными и травмирующими образами. Активная коррекционная работа с детскими страхами является чрезвычайно важной практикой, так как страх сам по себе способен оказывать патогенное влияние на развитие личности ребенка.

ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ

1. Выготский, Л.С. Обучение и развитие в дошкольном возрасте / Л.С. Выготский – СПб.: Союз, 1997. – 540 с.
2. Захаров, А.И. Как преодолеть страхи у детей / А.И. Захаров – М.: Педагогика, 1986. – 112 с.
3. Захаров, А.И. Неврозы у детей и подростков: анамнез, этнология и патогенез / А. И. Захаров – Л.: Медицина, 1988. – 336 с.
4. Тугушева, Р.Х. Общая психология / Р.Х. Тугушева, Е.И. Гарбера - М.: Эксмо, 2011. - 560 с.