

# **«СТРАХИ У ДЕТЕЙ: ХАРАКТЕРИСТИКА, ПРИЧИНЫ, ДИАГНОСТИКА, КОРРЕКЦИЯ».**

Выполнила: Попова Оксана  
Группы 14НПП-1  
Проверил: Тарасов С.В.

---



# Характеристика:

**Страх** - это реакция человека на действительную или мнимую (но переживаемую как действительность) опасность.

**Страх** - это привычное чувство. Испытав его однажды в какой-то травмирующей ситуации, мы будем испытывать его в аналогичной ситуации снова и снова.

**Страх** появляется с опытом. Нас пугает то, что когда-то потревожило нашу душу и сознание. Редко кто боится тех предметов и ситуаций, в которых реально никогда не оказывался, или хотя бы не видел или не читал об этом. Страхи появляются вместе с познавательной деятельностью, когда ребенок растет и постепенно начинает познавать окружающий мир. Он развивается в социуме, и ведущую роль в воспитании играют взрослые. Поэтому от того, насколько грамотны будут наши слова и поведение, зависит психическое здоровье ребенка.



# Причины:

Ребенок боится всего нового и неизвестного, одушевляет предметы и сказочные персонажи, опасается незнакомых животных и верит, что он и его родители будут жить вечно. У детей все реально, следовательно, их страхи так же носят реальный характер.

1) Конкретный случай, напугавший ребенка

2) Особенности характера ребенка (закреплению страхов способствуют такие черты, как тревожность, мнительность, пессимизм, неуверенность в себе, чрезмерная зависимость от других людей (родителей, воспитателей, учителей), физическая и психическая незрелость, болезненность)

3) Запугивающее воспитание («быстро спать, а то сейчас баба-яга заберет!», «Не убегай, а то дядя тебя посадит в мешок и унесет с собой!», «деток, которые плохо едят, забирает медведь в темный лес!»)

4) Излишняя родительская опека: «Туда не ходи, там опасно», «Этого не трогай, порежешься» (внушенные страхи, ребенку передается повышенная тревожность родителей)

5) Суровые наказания или угрозы, авторитарное воспитание

6) Ссоры между родителями

7) Детские фантазии (часто их провоцируют страшные сказки, фильмы, мультфильмы, книги со страшными сюжетами, услышанные взрослые разговоры, компьютерные игры)

## **Виды страхов.**

Некоторые страхи сопровождают определенный возрастной период.

**У детей до года** они выражаются в беспокойстве при громких звуках, а также связанные с отсутствием матери или с ее настроением.

**В 2-3 года** ребенок может бояться наказаний, боли (например, у врача), одиночества и особенно темноты. Эти страхи типичны и нормальны для ребенка этого возраста.

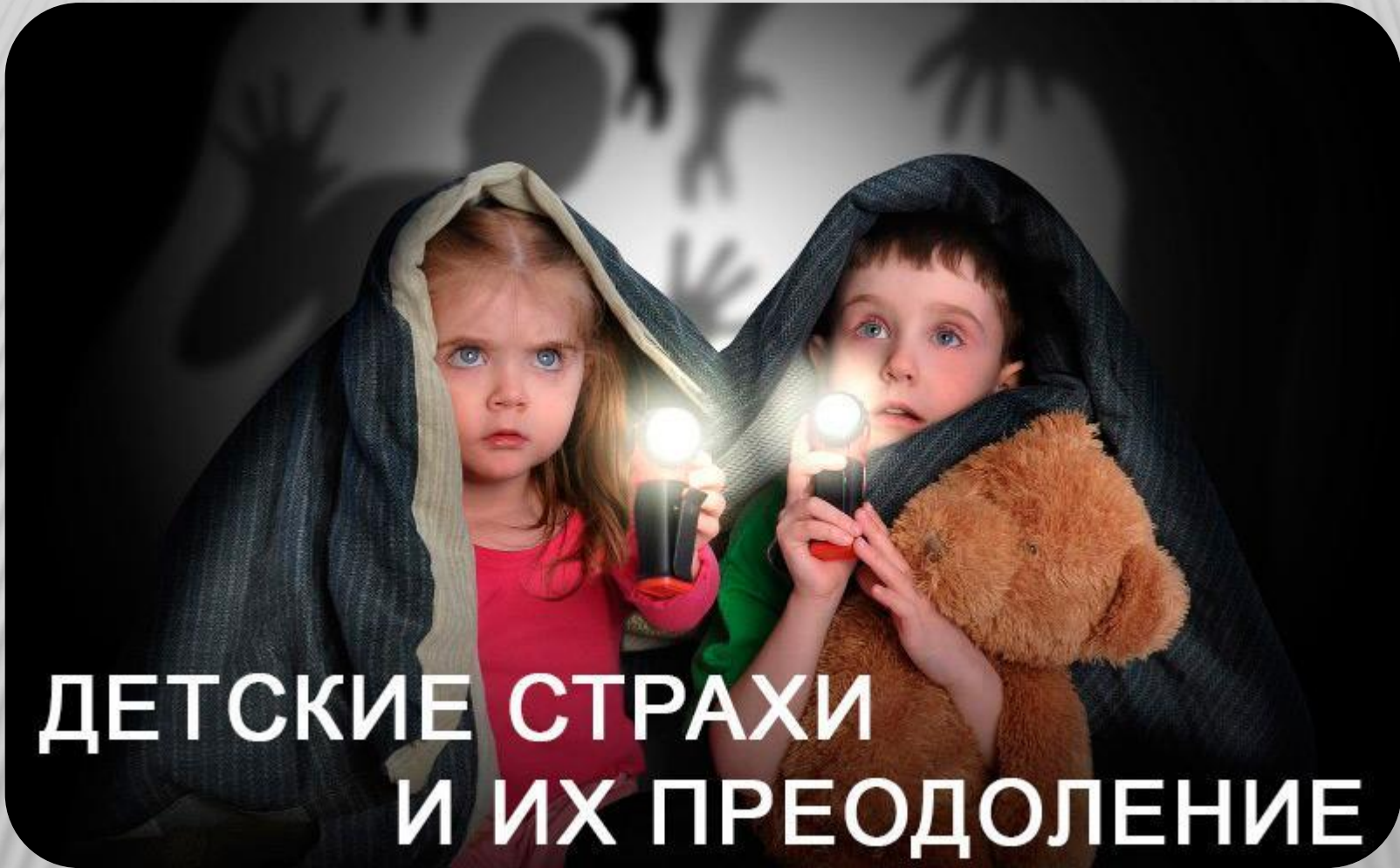
**В 3-4 года** появляются страхи, связанные с развитием фантазии ребенка. Малыш может сам придумать какое то чудовище и потом долго его бояться, думая, что оно живет под шкафом.

**У детей 6-7 лет** может появиться страх смерти, своей или своих близких. Ребенок уже знает, что человек может умереть, поэтому многие обычные бытовые или природные ситуации (гром, гроза и т.п.) могут вызывать панику.

### **в отрочестве и подростковом возрасте**

Страх обучаемого - самое распространенное эмоциональное состояние с средним школьным возрасте, вызываемое ожиданием тяжелых последствий от неуспеваемости. Этот страх может проявляться в форме тревоги, боязни и, наконец, в форме панического страха, который проявляется у некоторой части учащихся на экзамене

**В возрасте (11-16 лет)** главным приобретением считается появление самооценки, которая неразрывно связана с чувством уважения и уверенности к себе.

A photograph of two young children, a girl on the left and a boy on the right, sitting under a dark grey blanket. They are both holding small, glowing flashlights. The girl is wearing a pink shirt, and the boy is wearing a green shirt and holding a brown teddy bear. The background is dark with faint, blurry silhouettes of hands or figures. The overall mood is one of childhood fear and exploration.

# ДЕТСКИЕ СТРАХИ И ИХ ПРЕОДОЛЕНИЕ

И ИХ ПРЕОДОЛЕНИЕ  
ДЕТСКИЕ СТРАХИ

## **Диагностика:**

### **Методика «Страхи в домиках» (М.А.Панфиловой и 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. 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 в чёрный дом нужно те страхи, которые ребёнок признал ,как страшные, в красный – не страшные.

**Методика «Силуэт человека» Л.Лебедевой** диагностирует эмоциональное состояние ребёнка по цветовому выбору, согласно Максу Люшеру . Исследования Макса Люшера показали, что четырем цветам соответствуют четыре типа ощущения себя. Человеку, предпочитающему синий цвет, свойственна удовлетворенность жизнью, тому, кто выбирает красный, — жизнерадостность, активность, зеленый — серьезное отношение к жизни, стабильность, светло-желтый — веселость, открытость. Кроме того, «синие» стремятся к единству, нуждаются в согласии, «красные» стремятся к успеху, возможности воздействовать на окружающее. Те, кто предпочитает зеленый, стремятся к безопасности и стабильности (власть, знания, компетентность). «Желтые» настроены на изменения, им нужна свобода, для того чтобы надеяться на лучшее. В рамки этих четырех цветов вписывается и время. Спокойному синему соответствует протяженность во времени, оранжево-красному — настоящее, зеленому — текущее мгновение «здесь и сейчас», а желтому — будущее.

Согласно, М. Люшер, Л.Н. Собчик важно обратить внимание на цветовой ряд. Выбор в первую очередь коричневого, серого, чёрного цветов указывает на состояние выраженного стресса. Это может быть объективно сверх сложная ситуация или невротическая реакция на жизненные трудности. Чувства выделяют явления, имеющие стабильную мотивационную значимость.

**Опросник Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко** применяется с целью выявления тревожного ребенка в группе сверстников; **Методика «Рисунок семьи»** Г.Т. Хоментausкаса и В.К. Лосевой позволяет отследить эмоциональные проблемы и трудности взаимоотношений в семье ребёнка, увидеть его субъективную оценку о его месте в семье и отношениях с другими членами семьи.





**Рисование.** На занятиях ребёнок должен рисовать самостоятельно, без помощи взрослых. Весьма непросто начать рисовать страхи. Нередко проходит несколько дней, пока ребенок решится приступить к выполнению задания. Так преодолевается внутренний психологический барьер — страх страха.

Проявляющийся при рисовании интерес постепенно гасит эмоцию страха, заменяя ее волевым сосредоточением и удовлетворением от выполненного задания. Незримую поддержку оказывает и сам факт участия психолога, давшего это задание, которому можно затем доверить свои рисунки и тем самым как бы освободиться от изображенных на них страхов.

**Фантазирование.** Не у всех детей страхи выражены конкретно. Бывают случаи, когда у ребенка превалирует неопределенность, необъяснимая тревожность и подавленность эмоций. В таких случаях невротичного ребенка мы просили закрыть глаза и пофантазировать на тему «Как я представляю свой страх». Не только представить, как он выглядит и его размер, но и чем он пахнет, каков страх на ощупь. Ребенку предлагали побыть этим страхом и рассказать от его имени о своих ощущениях, зачем данный страх пугает людей. Ребенок от имени страха рассказывает самому себе, кто он, как от него избавиться. Во время диалогов следим за сменой интонации ребенка, ведь именно здесь могут промелькнуть важные воспоминания, касающиеся его основных внутренних проблем, с которыми в дальнейшем необходимо работать.

На групповых занятиях применяли метод релаксации для снятия мышечного напряжения, игры на телесный контакт

## ВЫВОДЫ:

---

СТРАХ ИГРАЕТ НЕМАЛОВАЖНУЮ РОЛЬ В ЖИЗНИ РЕБЁНКА, С ОДНОЙ СТОРОНЫ, ОН МОЖЕТ УБЕРЕЧЬ ОТ НЕОБДУМАННЫХ И РИСКОВАННЫХ ПОСТУПКОВ. С ДРУГОЙ – ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ И УСТОЙЧИВЫЕ СТРАХИ ПРЕПЯТСТВУЮТ РАЗВИТИЮ ЛИЧНОСТИ РЕБЁНКА, СКОВЫВАЮТ ТВОРЧЕСКУЮ ЭНЕРГИЮ, СПОСОБСТВУЮТ ФОРМИРОВАНИЮ НЕУВЕРЕННОСТИ И ПОВЫШЕННОЙ ТРЕВОЖНОСТИ.

СТРАХИ НЕИЗБЕЖНО СОПРОВОЖДАЮТ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА И ПОЯВЛЕНИЕ РАЗЛИЧНЫХ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ СВЯЗАНО С РЯДОМ НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ СОБЫТИЙ, ПРОИЗОШЕДШИХ В ДЕТСТВЕ.

ПРОФИЛАКТИКА СТРАХОВ СОСТОИТ, ПРЕЖДЕ ВСЕГО, В ВОСПИТАНИИ ТАКИХ КАЧЕСТВ, КАК ОПТИМИЗМ, УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ, САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ. РЕБЕНОК ДОЛЖЕН ЗНАТЬ ТО, ЧТО ЕМУ ПОЛОЖЕНО ЗНАТЬ ПО ВОЗРАСТУ, О РЕАЛЬНЫХ ОПАСНОСТЯХ И УГРОЗАХ, И ОТНОСИТЬСЯ К ЭТОМУ АДЕКВАТНО. СУЩЕСТВУЮЩИЕ СПОСОБЫ СНИЖЕНИЯ И КОНТРОЛЯ СТРАХА ОСНОВЫВАЮТСЯ, ПРЕЖДЕ ВСЕГО, НА ТЕОРИИ НАУЧЕНИЯ.

КОРРЕКЦИЯ СТРАХОВ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ПОСРЕДСТВОМ ИГРОТЕРАПИИ, СКАЗКОТЕРАПИИ, АРТТЕРАПИИ, КУКЛОТЕРАПИИ, ПСИХОЭЛЕВАЦИИ, ИНДИВИДУАЛЬНО-ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ, УЛУЧШЕНИЯ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ.

РИСОВАНИЕ ИСПОЛЬЗУЮТ В КОРРЕКЦИОННЫХ ЦЕЛЯХ. РИСУЯ, РЕБЕНОК ДАЕТ ВЫХОД СВОИМ ЧУВСТВАМ И ПЕРЕЖИВАНИЯМ, ЖЕЛАНИЯМ И МЕЧТАМ, ПЕРЕСТРАИВАЕТ СВОИ ОТНОШЕНИЯ В РАЗЛИЧНЫХ СИТУАЦИЯХ И БЕЗБОЛЕЗНЕННО СОПРИКАСАЕТСЯ С НЕКОТОРЫМИ ПУГАЮЩИМИ, НЕПРИЯТНЫМИ И ТРАВМИРУЮЩИМИ ОБРАЗАМИ.

ВАЖНОСТЬ АКТИВНОЙ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ С ДЕТСКИМИ СТРАХАМИ ОБУСЛОВЛЕНА ТЕМ, ЧТО САМ ПО СЕБЕ СТРАХ СПОСОБЕН ОКАЗЫВАТЬ ПАТОГЕННОЕ ВЛИЯНИЕ НА РАЗВИТИЕ РАЗЛИЧНЫХ СФЕР ЛИЧНОСТИ РЕБЁНКА.

**Спасибо за внимание!**