

СТРАХИ



«Страх - аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности - угрозы - боязни за свою социальную или же биологическую экзистенцию у субъекта»



В.В.Юрчук

Страх возникает в ответ на действие угрожающего стимула. Существуют две угрозы, имеющие универсальный и одновременно фатальный в своём исходе характер. Это **смерть** и **крах жизненных ценностей**,

противостоящих таким понятиям как жизнь, здоровье, самоутверждение, личное и социальное благополучие.

Но и помимо крайних выражений страха всегда подразумевает переживание какой-либо реальной или воображаемой опасности .



В самом общем виде страх

условно делится на

ситуационный и личностно -

обусловленный страх

шокирующей

взрослого человека

или ребенка

обстановке,

например, при

стихийном бедствии,

нападении собаки и т.

Д.

предопределен

характером человека,

например, его

повышенной

личностью, и способен

появляться в новой

обстановке или при

контактах с

незнакомыми людьми.

Классификация детских страхов.

1. **По характеру** - природные, социальные, ситуативные, личностные.

2. **По степени реальности** - реальные и воображаемые.

3. **По степени интенсивности** - острые и хронические.

А.Захаров



Методики изучения страхов у детей.

- Методика выявления страхов у детей с помощью рисунков проводится с целью понять интересы, увлечения детей, особенности их темперамента, переживаний и внутреннего мира ребёнка.
- Детям предлагалось рисовать на темы: «В школе», «На улице, во дворе», «Семья», «Что мне снится страшное или чего я боюсь днём», «Что было со мной самое плохое или самое хорошее», «Кем я

Виды анализа страха:

Количественный анализ:

- a) Высокий уровень тревожности (ИТ выше 50%)
 - b) Средний уровень тревожности (ИТ от 20 до 50%)
 - c) Низкий уровень тревожности (ИТ от 0 до 20 %)
- Качественный анализ:**
каждый ответ ребенка анализируется



Страхи у детей делят на следующие группы:

1. *«Медицинские»* страхи (боль, уколы, врачи, болезнь);
2. Страхи с *причинением физического ущерба* (неожиданные звуки, транспорт, огонь, пожар, стихия, война);
3. Страхи *смерти* (своей);
4. Страхи *животных и сказочных персонажей*;
5. Страхи *кошмарных снов и темноты*;
6. Социально-опосредованные страхи (людей, детей, наказания, опоздания, одиночества);
7. *Б*

Советы педагогам: что делать, если ребенок боится.

1. Нельзя оставлять без внимания жалобы малыша, следует относиться к ним с пониманием, каким бы беспочвенным не казался его страх.
2. Следует поговорить с воспитанником о его страхах. Лучше делать это в спокойной обстановке, посадив малыша на колени, или сесть рядом с ним. Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа "да" – "нет" или "боюсь" – "не боюсь".



3. Попробовать переубедить ребенка. Важно не уменьшать страх, не придавая ему значения, не говорить малышу о том, что все это глупости. Надо поделиться с воспитанником своим опытом, рассказать о том, чего вы боялись в детстве и почему, и обязательно о том, как вы перестали бояться.

4. Сочинить вместе с ребенком сказку или рассказ на тему его страха. Конец истории должен быть обязательно о том, как герой побеждает страх.



- 5. Нарисовать страх – это самый распространенный и действенный метод борьбы с ним. После того как ребенок нарисует, следует сжечь бумажку с рисунком, и обязательно объяснить малышу, что страха больше не существует, что вы его сожгли, и он больше никогда не беспокоит его. Пепел от сожженной бумажки нужно развеять. Делать все это необходимо вместе с воспитателем, не забывая все время хвалить его, говорить, какой он смелый и большой, какой молодец, что смог победить страх.**
- 6. Использовать игру или инсценировки. Это лучше делать в группе детей. Родители могут закрепить достигнутые результаты дома, повторив задание вместе с ребенком. Но не стоит заставлять детей, это может спровоцировать еще больший страх.**
- 7. Организовать общение ребенка со сверстниками, у которых тоже есть страхи. Малыш будет ощущать моральную поддержку, новые знакомства помогут ему справиться со своим страхом.**

Советы родителям.

1. Не стоит заниматься "закаливанием", т. е. если ребенок боится темноты и спать один, не запирайте его в комнате, "чтобы привыкал". Вы еще больше напугаете ребенка, но это самое меньшее, что может произойти. Последствия таких "закаливаний" печальны: неврозы, заикания, отклонения в развитии.
2. Не относитесь к страхам детей как к капризам, тем более нельзя ругать и наказывать детей за "трусость".
3. Не принижайте значение страха для самого ребенка, не игнорируйте его жалобы. Важно дать почувствовать ребенку, что вы его хорошо понимаете: объяснить малышу, что "монстров" не существует, обычно невозможно.



4. **Постоянно уверяйте ребенка, что он в полной безопасности, тем более когда вы, родитель, рядом с ним. Ребенок должен верить вам.**
5. **Обсуждайте с малышом его страхи. Главная задача родителей – понять, что именно беспокоит его и что явилось причиной страха.**
6. **Постарайтесь отвлекать ребенка. Например, когда у него началась паника, займите его игрой, наблюдением за чем-нибудь. Больше разговаривайте с ребенком!**
7. **Поддерживайте ребенка, но не идите на поводу. Например, если ребенок боится огня, можно не включать в его присутствии газовую плиту, такое потакание успокоит малыша, но не страха.**



Вывод.

С возрастом у детей меняются мотивы поведения, отношение к окружающему миру, взрослым, сверстникам. И от того, смогут ли родители уловить эти перемены, понять изменения, происходящие с сыном или дочерью, и в соответствии с этим изменить свои отношения, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно-психического здоровья ребенка.

Для того чтобы воздействовать на ребенка и помочь ему избавиться от страхов, родителям необходимо также знать, что такое страх, какую функцию он выполняет, как возникает и развивается, чего больше всего боятся дети и почему. Как предупредить страхи у детей и что предпринять, если они уже есть, - это серьезный повод для разговора

Список литературы:

- Петров
- Иванов
- сидоров