

Абдихатова Ксения Ортикжоновна

студентка

Багадаева Ольга Юрьевна

старший преподаватель

Педагогический институт

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет»

г. Иркутск, Иркутская область

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: статья посвящена проблеме преодоления страхов у детей старшего дошкольного возраста. Представлены различные точки зрения исследователей на сущность понятий «страха». Авторами сделан вывод о необходимости преодоления страхов у детей.

Ключевые слова: страх, тревожность, коррекция страхов, классификация страхов.

Понятие страха разрабатывалось многими исследователями и имеет разные трактовки. В современном словаре по психологии под редакцией В.В. Юрчук мы находим, что «страх – аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности – угрозы – боязни за свою социальную или же биологическую экзистенцию у субъекта».

Артур Ребер в большом толковом психологическом словаре трактует страх как «эмоциональное состояние, возникающее в присутствии или предвосхищении опасного или вредного стимула. Страх обычно характеризуется внутренним, субъективным переживанием очень сильного возбуждения, желания бежать или нападать и рядом симпатических реакций».

Согласно З. Фрейду «страх – это состояние аффекта – объединение определённых ощущений ряда удовольствия – неудовольствия с соответствующими иннервациями разрядки напряжения и их восприятия, а так же вероятно, и отражение определённого значимого события». В. Даль в «Толковом словаре живого

великого русского языка» определяет страх как страсть, боязнь, робость, сильное опасенье, тревожное состояние души от испуга от грозящего или воображаемого бедствия.

Известный физиолог И.П. Павлов трактует страх как «проявление естественного рефлекса, пассивно-оборонительной реакции с лёгким торможением коры больших полушарий. Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный рефлекс и сопровождается определёнными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности». Ю.А. Неймер, А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский рассматривают страх как «эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленное на источник действительной и воображаемой опасности». Таким образом, проанализировав разные трактовки понятия страха, мы остановили свой выбор на определении данном В.В. Юрчук, так как оно отличается полнотой, точностью и современностью. Поэтому в своей работе мы будем опираться на это определение.

Страх – это эмоция, о которой многие люди думают с ужасом. Возможно потому, что эмоция страха сама по себе вызывает ужас, она переживается нами достаточно редко. И всё же страх – реальная часть нашей жизни. Человек может переживать страх в разных ситуациях, но все эти ситуации имеют одну общую черту. Они ощущаются, воспринимаются человеком как ситуации, в которых под угрозу поставлено его спокойствие и безопасность. Интенсивное переживание страха запоминается надолго. Страх складывается из определённых и вполне специфических физиологических изменений, экспрессивного поведения и специфического переживания, проистекающего из ожидания угрозы или опасности. У маленьких детей, так же как и у животных, ощущение угрозы или опасности сопряжено с физическим дискомфортом, с неблагополучием физического «Я». Страх, которым они реагируют на угрозу, это боязнь физического повреждения. Субъективное переживание страха ужасно, и что странно – оно может заставить человека оцепенеть на месте, тем самым, приводя его в абсолютно беспомощное

состояние, или, наоборот, может заставить его броситься наутёк, прочь от опасности.

В психологическом словаре под общей редакцией Ю.Л. Неймера выделяется 3 основных вида страхов: реальный, невротический и страх свободный. Реальный страх – рациональное выражение инстинкта самосохранения как нормальная реакция на восприятие внешней опасности. Страх невротический – разнообразные формы «бесцельного страха» невротиков, возникают из-за отвлечения либидо от нормального применения, либо из-за отказа психических инстанций. Страх свободный – общая неопределённая боязливость, готовая на время привязаться к любой появившейся возможности и выражающаяся в состоянии «боязливого ожидания», страх беспредметный, не связанный с каким-либо объектом, вызывающим этот страх.

Р.В. Овчарова выделяет следующие виды страхов:

1. Возрастные страхи отмечаются у эмоционально чувствительных детей как отражение особенностей их психического и личностного развития. Возникают они под действием следующих факторов: наличие страхов у родителей, тревожность в отношениях с ребёнком, избыточное предохранение его от опасностей и изоляция от общения со сверстниками. Большое количество запретов со стороны родителя того же пола или полное предоставление свободы ребёнку родителями и другого пола, а также многочисленные нереализуемые угрозы всех взрослых в семье, отсутствие возможности для ролевой идентификации с родителями того же пола, преимущественно у мальчиков. Конфликтные отношения между родителями, психические травмы типа испуга, психологическое заражение страхами в процессе общения со сверстниками и взрослыми.

2. Невротические страхи характеризуются большой эмоциональной интенсивностью и напряжённостью, длительным течением или постоянством, неблагоприятным влиянием на формирование характера и личности, взаимосвязью с другими невротическими расстройствами и переживаниями, избеганием объекта страха. Невротические страхи могут быть результатом длительных и неразрешенных

мых переживаний. Чаще боятся подобным образом чувствительные, испытывающие эмоциональные затруднения в отношениях с родителями дети, чьё представление о себе искажено эмоциональными переживаниями в семье или конфликтными. Эти дети не могут полагаться на взрослых, как на источник безопасности, авторитета и любви. Дети, которые не приобрели до школы необходимого опыта общения со взрослыми и сверстниками, не уверенны в себе, боятся не оправдать ожидания взрослых, испытывают страх перед учителем.

Классификация страхов А. Захарова:

1. По характеру – природные, социальные, ситуативные, личностные.
2. По степени реальности – реальные и воображаемые.
3. По степени интенсивности – острые и хронические.

В педагогической литературе рассматривается следующая классификация страхов. Страх условно делится на ситуативный и личностный. Ситуативный страх возникает в необычной, крайне опасной или шокирующей взрослого или ребенка обстановке, например, при нападении собаки. Часто он появляется в результате психического заражения паникой в группе людей, тревожных предчувствий со стороны членов семьи, конфликтов и жизненных неудач.

Личностно обусловленный страх предопределен характером человека, например, его повышенной мнительностью, и способен проявляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми людьми. Ситуативный и личностно обусловленный страхи часто смешиваются и дополняют друг друга. Страх реальный и воображаемый, острый и хронический.

Реальный и острые страхи предопределены ситуацией, а воображаемый и хронический – особенностями личности.

Несмотря на то, что страх – это интенсивно выраженная эмоция, следует различать его обычный, естественный, или возрастной, и патологический уровни. Обычно страх кратковременен, обратим, исчезает с возрастом, не затрагивает глубоко ценностные ориентации человека, существенно не влияет на его характер, поведение и взаимоотношения с окружающими людьми. Некоторые

формы страха имеют защитное значение, поскольку позволяют избежать соприкосновения с объектом страха. Причинами страха могут быть события, условия или ситуации, являющиеся началом опасности. Коррекционная работа может проводиться как с подгруппами детей, так и индивидуально. Первоначально мы рекомендуем использовать методики, основанные на использовании игрового метода.

Основная задача данного метода: научить ребёнка испытывать положительные эмоции, что благотворно влияет на его психику. Основным средством является разнообразная игровая деятельность, которая повышает общий уровень переживаний ребёнка, помогает ему установить доверительные отношения со взрослыми, сверстниками. Затем мы предлагаем использовать методики, основанные на использовании изотерапии с целью снятия у детей старшего дошкольного возраста ощущений постоянной угрозы, исходящей от окружающего мира; преодоления тревоги, страха, посредством графического изображения своего страха. Графическое изображение страхов требует волевых усилий и снимает тревожное ожидание их реализации. В процессе рисования происходит «оживление» страха, но вместе с тем и осознание условного характера его изображения. Объект страха сознательно подвергается манипуляции и творчески преобразуется.

Таким образом, подобранный нами комплекс коррекционных методик способствует снижению количества страхов у детей старшего дошкольного возраста, посредством изживания у детей переживания страха смерти, чувства одиночества и покинутости, снятия ощущения постоянной угрозы, исходящей из окружающего мира.

Список литературы

1. Мухина В.С. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. пед. вузов. / В.С. Мухина, А.А. Хвостов, В.В. Юрчук; сост. и научный ред. – М.: Академия, 2010. – 624 с.
2. Даль В. Толковый словарь живого великорусского языка. В 4-х кн., кн. 4. – М.: Русский язык, 2010.

3. Захаров А.И. Как преодолеть страхи у детей [текст]. – М.: Педагогика, 2009. – 112 с.
4. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка [текст]. – М.: Просвещение, 2011. – 115 с.
5. Овчарова Р.В. // Практическая психология [текст] – М.: ТЦ «Сфера», 2009. – 337 с.
6. Неймера Ю.Л. Психологический словарь [текст] / Под. ред. Ю.Л. Неймера. – Ростов н/Д.: Феникс, 2010. – 604 с.
7. Фрейд З. Психология бессознательного. – М., 2009. – 296 с.
8. Желудок Т.Б. Психолого-педагогическое изучение страхов у детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://xreferat.com/77/2969-1-psihologo-pedagogicheskoe-izuchenie-strahov-u-deteiy-starshego-doshkol-nogo-vozrasta.html>