

Манцурова Олеся Георгиевна

студентка

Научный руководитель

Егизарьянц Марина Николаевна

канд. пед. наук, доцент, преподаватель

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный

педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

СТРАХ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

***Аннотация:** статья посвящена исследованию страхов у детей дошкольного возраста, их природе, причинам и последствиям. Авторами отмечено, что в последние годы вопросы психоэмоционального здоровья ребенка становятся все более актуальными, поскольку страхи могут негативно сказываться на развитии детей и их взаимодействии с окружающим миром.*

***Ключевые слова:** дошкольный возраст, страхи, индивидуальные особенности, тревожность, психология детей, психоэмоциональное здоровье, проблемы поведения.*

Основная проблема заключается в том, что страхи у детей данного возраста могут быть нормальной частью развития, но в некоторых случаях они могут перерасти в патологические формы, влияя на повседневную жизнь малыша. В статье рассматриваются популярные страхи, такие как страх темноты, одиночества, животных и другие.

Для изучения страхов детей дошкольного возраста использовались качественные и количественные методы. В частности, проводились анкетирования родителей и воспитателей, беседы с детьми, а также наблюдение за игровыми ситуациями в детских садах. Применялись тесты на определение уровня тревожности и оценки страхов.

Результаты исследования показали, что страхи у детей дошкольного возраста чаще всего зависят от их окружения, а также от индивидуальных особенностей ребенка. Выявлено, что наиболее распространенными страхами являются страх темноты и страх одиночества. Также установлено, что поддержка родителей и воспитателей играет критически важную роль в преодолении страхов. В статье предложены рекомендации по работе с детьми, испытывающими страхи, подчеркнута важность создания безопасной и поддерживающей атмосферы для снижения уровня тревожности. Данные результаты могут быть полезны для психологов, педагогов и родителей, стремящихся помочь детям справиться со своими страхами и способствовать их эмоциональному развитию.

Изучение причин страхов детей дошкольного возраста, их последствий и путей избавления от них приобретает все большее значение. А.И. Захаров указывает, что число страхов увеличивается по мере взросления ребенка, особенно к 6–7 годам [1]. Конечно, страхи – это естественная составляющая любой личности, и все же многие психологи рассматривают страх у детей дошкольного возраста как неотделимую часть последующих неврозов и депрессий (А.И. Захаров, 1988; Ю.А. Александровский, 1993; Г. Эберлейн, 1981) [2]. Поэтому чрезвычайно важно в процессе становления личности ребенка заметить проявления страхов и оказать психолого-педагогическую помощь.

По мнению А.С. Спиваковской, страх – это специфическое острое эмоциональное состояние, особая чувственная реакция, проявляющаяся в опасной ситуации [4]. А.И. Захаров считает страх аффективным отражением в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека [1].

Условно можно выделить следующие основные подходы к пониманию страха у детей-дошкольников:

Психоаналитический. З. Фрейд отмечал, что психологическая особенность, которая влияет на развитие страхов, формируется в «Сверх-Я» и именно с данным феноменом связаны особенности детского страха.

Социальный (Д. Селли, Г.С. Салливен, А.И. Захаров). Подчеркивается ведущую роль изменения социального положения ребенка по отношению к особенностям его взаимоотношения с внешним миром, с межличностными отношениями [3].

Существует множество различных классификаций страха. Однако детские страхи принято по продолжительности подразделять на возрастные и невротические. Возрастным страхам подвергаются практически все дети. Чаще всего они проходят по истечении 3–4 недель. Самый «бесстрашный» возраст – у девочек в 3 года, у мальчиков – в 4 года. Причинами возрастных страхов являются: наличие страхов у родных, тревожность в обращении с ребёнком, многочисленные нереализуемые угрозы взрослых в семье, психологическая травма типа испуга, шока, конфликтные ситуации в семье.

Причинами невротических страхов являются: длительные и неразрешимые переживания, психические потрясения, недостаточная уверенность в себе, отсутствие адекватной самооценки, наличие многочисленных страхов.

Как считает отечественный психотерапевт А.И. Захаров, большинство страхов передаются детям от родных и близких – так называемые внушенные страхи. Их источник – взрослые, окружающие ребенка, которые непроизвольно заражают ребенка страхом, подчеркнуто эмоционально указывая на наличие опасности. В результате ребенок реально воспринимает только вторую часть фраз типа: «Не подходи – упадешь», «Не гладь – укусит». Но если запугивать «без нужды», так, на всякий случай, то дитя полностью теряет спонтанность в поведении и уверенность в себе [1; 2].

Игра является для ребенка основным способом выражения чувств, моделирования окружающей действительности. Психологически направленные игры снимают у ребенка скованность и страхи, он становится более уверенным в себе, избавляется от излишней застенчивости. Игра в борьбе со страхами представляет собой вовлечение в игровое действие детей и родителей; конструктивное решение ранее травмирующей ситуации через эмоциональную проработку сценария игры; эмоциональный контакт с ребенком и родителями [1].

Рисование – один из невербальных средств, которые позволяют обходить «цензуру сознания», поэтому они уникальны для исследования бессознательных

процессов. Рисуя, ребенок дает выход своим чувствам и переживаниям, желаниям и мечтам, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и безболезненно соприкасается с пугающими образами. С помощью зрительных образов ребенку легче выразить неосознаваемые внутренние конфликты и страхи, чем высказать их в словах, выразить мысли и чувства, которые ребенок привык подавлять. Применение арт-терапевтических упражнений незаменимо в случаях эмоциональных нарушений у детей (страх, тревожность) [4].

Сказкотерапия – одна из популярных арт-технологий в работе с детскими психологическими проблемами. Преимущество данного метода – в метафорах, которые позволяют расширить границы самосознания, а также затрагивают определенные слои неосознанного. Специфической особенностью метафор, по мнению психологов, является то, что благодаря им человек получает возможность перевести сложные и не всегда доступные пониманию понятия в более простые и конкретные формы [4].

Нами организовано и проведено пилотажное эмпирическое исследование, направленное на выявление детей, находящихся в группе риска развития невротических страхов. Для достижения цели нами использованы методики: «Страхи в домике» А.И. Захарова, «Кактус» М.А. Панфиловой.

Согласно результатам первой методики, самые распространенные страхи у детей 5–6 лет – это страхи:

- 1) сказочных злых персонажей – Бабы Яги, Змея Горыныча;
- 2) наказания;
- 3) собственной смерти и смерти родителей;
- 4) страшных снов;
- 5) болезни.

Нормальные результаты показали 30% детей от общего количества опрошенных (до 15 страхов).

По методике «Кактус» нами получены следующие результаты:

% детей – имеют нормальные результаты. Их рисунки яркие и красочные, а кактусы, являющиеся проекциями самих ребят, как правило, крупные и расположены по центру.

% детей относятся к группе риска развития невротических страхов. В рисунках ребят встречаются темные цвета, кактусы имеют длинные шипы. Сами ребята агрессивны, неразговорчивы и обидчивы, на основе чего так же можно подтвердить, что агрессия – защитная реакция на фоне страхов.

У 20% детей нами выявлены признаки наличия невротического страха. Это проявляется в общении с другими детьми, личностных особенностях, поведении. В рисунках преобладают темные цвета, их кактусы маленькие и расположены в углу, а сам рисунок производит довольно пугающее впечатление.

Из беседы с воспитателями выяснилось, что страхи детей с признаками невротических страхов – внушенные взрослыми (тревожными родителями). Возможно, потребуется коррекция и психолого-педагогическое сопровождение ребенка и семьи.

Рассмотрев проблему страхов у детей старшего дошкольного возраста, мы пришли к выводу, что изучение данного вопроса остается очень важным. Будучи еще очень слабым и беззащитным, ребенок впитывает в дошкольном возрасте буквально все, что видит, слышит, чувствует, запоминает это. Негативные переживания могут послужить спусковым механизмом к образованию страхов и тревог, а последние могут пустить такие прочные корни, что укрепятся в только формирующейся личности и могут оказывать влияние на всю оставшуюся жизнь.

Список литературы

1. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей / А.И. Захаров. – Союз, 2004. – 215 с.
2. Захаров А.И. Как преодолеть страхи у детей / А.И. Захаров. – М.: Просвещение, 2003. – 127 с.
3. Прядун С. Детские страхи и пути их преодоления / С. Прядун // Вестник Киевского института бизнеса и технологий. – 2010. – №11. – С. 113–115.
4. Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов / А.С. Спиваковская. – М.: Изд-во МГУ, 1988. – 310 с.
5. Матыченко Ю.В. Страхи детей дошкольного возраста / Ю.В. Матыченко, Н.Н. Акимова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=797297> (дата обращения: 10.12.2024).