



Дошкільне дитинство неможливе без казки. Наш садочок запрошує на «Казкову галевину», яку створили для малят вихователі та батьки вихованців закладу.



Проблема страхів у дітей дошкільного віку набуває особливої актуальності, адже суспільство потребує фізично здорових людей. Дитина розвивається успішно тільки тоді, коли вона не скута відчуттям страху.

Спостерігаючи за дітьми в дитячому садку, бачимо, що дошкільники бояться всього: води, тварин, темряви... І сьогодні кількість таких малят збільшується.

Дитячий страх – це звичайне явище в процесі дитячого розвитку. Воно, як будь-яке переживання, є корисним, коли виконує свої функції, а потім зникає. Але коли страх не зникає тривалий час або у дитини багато страхів, то це може перейти в невротичний стан. Тоді у дитини виникає стан психічної напруги, скотості, вона стає пасивнішою, знервованою.

На жаль, найчастіше переляк виникає з вини самих батьків, і нам необхідно захистити дітей від негативу, породженого сімейними негараздами, душевною байдужістю або, напаки, – надмірною опікою, або ж звичайною батьківською ненаважністю.

Мета нашого дослідження: вивчення психологічних особливостей прояву страхів у дітей дошкільного віку.

Об'єкт дослідження: емоційна сфера дітей дошкільного віку.

Поняття страху розроблялося багатьма дослідниками і має різні тлумачення. У сучасному словнику з психології під редакцією В.В. Юрчука зазначено: «Страх – це афективно чуттєва емоція, що виникає в умовах превентивності, – загрози – відчуття небезпеки соціальної або ж біологічної екзистенції у суб'єкта».

Страх – реальна частина нашого життя. Людина може відчувати його в різних ситуаціях, але всі ці ситуації мають одну спільну рису. Вони відчуваються, сприймаються людиною як загроза його спокою і безпеці. Інтенсивне переживання запам'ятується надовго і складається з визначеніх і цілком специфічних фізіологічних змін, експресивної поведінки і специфічного відчуття, що виникає з очікуванням загрози або небезпеки. У маленьких дітей це відчуття загрози поєднане з фізичним дискомфор-

ДИТЯЧІ СТРАХИ ТА ЗАСОБИ ЇХ КОРЕНЦІЇ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ



том, із неблагополуччям фізичного «Я», загрозою фізичної травми. Суб'єктивне відчуття страху може змусити людину заціпніти на місці, роблячи її абсолютно безпорадною, або, навпаки, може змусити тікати геть від небезпеки.

Нелегко знайти людину, яка б ніколи не відчуваала страху. Неспокій, тривога, переляк – такі ж невід'ємні емоційні прояви нашого психічного життя, як і радість, захват,

гнів, здивування, сум. Але при надмірній чутливості до страхів, залежності від них змінюються поведінка людини аж до «емоційного паралічу». Страхи, з якими не може впоратися ні дити-

на, ні дорослий, стають стійкими і призводять до появи небажаних рис вдачі.

Якщо до страхів правильно ставитися, розуміти причини їхньої появи, – вони найчастіше зникають безслідно. Якщо ж страхи хворобливо загострені або зберігаються тривалий час, то це – ознака фізичної і нервової слабкості дитини, свідчить про неправильну поведінку батьків, конфліктні стосунки в сім'ї. У сучасних цивілізаціях існує що-



дослідження, пізнання частіше, ніж інші емоцій.

Страх може виникнути в будь-якому віці. Дослідження підтверджують, що в старшому дошкільному віці наляканість найуспішніше психологочно коригується, оскільки має віковий, переважно переходний характер. Ще до моменту вступу до школи у дітей бачимо достатньо високий рівень тривожності та побоювання перед школою.

Багато страхів у підлітковому віці є розвитком попередніх страхів і тривог. Тому, чим раніше почати роботу з подоланням їх, тим більша вірогідність відсутності страхів у підлітковому віці.

ПРАВИЛА ПОКАРАНЬ

1. Покарання не має шкодити здоров'ю – ні фізичному, ні моральному. Воно має бути корисним.
2. Якщо є сумніви щодо доцільності покарання, – не карайте! Навіть якщо ви розумієте, що занадто м'які, довірливі або нерішучі. Ніяких «профілактик», ніяких покарань «про всякий випадок»!
3. За один раз – одне покарання. Навіть якщо поганіх вчинків було кілька, покарання має бути тільки одне, за все одразу, а не по одному за кожен вчинок.
4. Краще не карати зовсім, ніж карати із запізненням!
5. Покарали – пробачили. Про стари образи – ні слова. Не заважайте дитині почати життя з початку!
6. Без приниження! Щоб не сталося, якою б не була провінція, покарання не має сприйматися дитиною, як ваша перемога над його слабкістю, як приниження. Якщо дитина вважає, що ви не праві, то покарання не подіє, а зашкодить!
7. Дитина не має боятися покарань, вона має боятися не вашого гніву, а того, що ви непокоєтесь, нервуете!

ДИТЯЧІ ЗАПОВІДІ ДЛЯ МАМ, ТАТ, БАБУСЬ І ДІДУСІВ

1. Шановні батьки! Пам'ятайте, що ви самі запрошили мене до своєї родини. Колись я залишував батьківську оселю, але до того часу допоможіть мені, будь ласка, стати людиною.
2. У моїх очах світ має інший вигляд, ніж у ваших. Прошу вас, поясніть мені, що, коли, чому кожен із нас у ньому має робити.
3. Мої ручки ще маленькі – не очікуйте від мене досконалості, коли я застеляю ліжко, малюю, пишу або кидаю м'яча.
4. Мої почуття ще не дозрілі – прошу, будьте чутливими до моїх потреб.
5. Щоб розвиватися, мені потрібне ваше заохочення, а не тиск. Лагідно критикуйте і оцінюйте, але не мене, а мої вчинки.
6. Давайте мені трохи самостійності, дозвольте робити помилки, щоб я на помилках вчівся. Тоді я зможу самостійно вирішувати у дорослому житті.
7. Прошу, не робіть усього за мене, адже я виросту переконаним у своїй спроможності виконувати завдання згідно з вашими очікуваннями.
8. Я вчуся у вас усього: слів, інтонацій, голосу, манери рухатись. Ваші слова, почуття і вчинки повертаються до вас через мене. Тому навчіть мене бути кращим.
9. Я хочу відчувати вашу любов, хочу, щоб ви часто брали мене на руки, пестили, цілували. Але будьте уважними, щоб ваша любов не перетворилася на милиці, що заважають мені робити самостійно кроки.
10. Любі мої, я вас дуже люблю!!! Доведіть мені, що ви також мене любите.

Якщо психологочна, батьківська і медична допомога буде надана в дошкільному віці, можна сподіватися на ефект попередження розвитку психостенічних рис вдачі та неврозу в підлітковому віці.



Тому, враховуючи все вище зазначене, необхідно виділити такі основні параметри роботи з дитячими страхами:

– для того, щоб впливати на дитину і допомогти їй звільнитися від страхів, викладачі мають також знати, що таке страх, яку функцію він виконує, як виникає і розвивається, чого найбільше бояться діти і чому, як попередити страхи у дітей, і що зробити, якщо вони вже є;

– педагоги і батьки можуть використовувати програму корек-



ційної роботи, корекційні ігри і завдання, що мають розрізнятися на основі діагностичних методик;

– щоб істотно зменшити тривожність дитини перед вступом до школи, необхідно педагогам і батькам забезпечити реальний успіх дитини в якій-небудь діяльності. Водночас, необхідний м'який режим там, де успіхи невеликі;



– щоб попередити появу неврозів, як психогенного захворювання особистості дитини, необхідні позитивні зміни в житті самої дитини і сім'ї.

Дитячі страхи потребують найуважнішого вивчення і якомога швидшого усунення, щоб попередити появу неврозів.

Вікторія ЧЕРНЕНКО,
практичний психолог
ДНЗ (ясла-садок) № 393
«Пізняко», Дніпропетровськ