Нікітіна Вікторія,
студентка ІІІ курсу
факультету психолого-педагогічної освіти та мистецтв
Наук. керівник: **Н. І. Сердюк**,
к. психол.н., старший викладач (БДПУ)

ДИТЯЧІ СТРАХИ: ВИДИ, ПРИЧИНИ, КОРЕКЦІЯ

Актуальність. Сучасне бачення проблеми дитячих страхів полягає в тому, що вони не дають можливості дитині адекватно реагувати та взаємодіяти із зовнішнім світом. А з іншої сторони дитячі страхи, у випадку нормального розвитку, є важливою ланкою в регулюванні поведінки дитини й в цілому мають як негативну, так і позитивну адаптивну функцію та зміст. Таким чином, страх відносять до одного із засобів адаптації та регуляції поведінки.

Ступінь досліджуваної проблематики. Питання дитячих страхів досліджувалося О.Захаровим, А. Прихожан, В.Ромеком, Р.Ткач та ін.

Метою дослідження є розкрити види дитячих страхів, причини їх виникнення та шляхи корекції.

Сутність дослідження. Задля того, щоб розуміти, як подолати страхи, необхідно розуміти, якими вони бувають і що є причиною їх виникнення. Науковці виокремлюють такі види дитячих страхів:

- н*авіювані страхи,* що виникають у дитини під впливом слів чи дій дорослого (залякування, фізичні покарання, примушування, приниження особистої гідності, висміювання невдач дитини та гіперпротекція з боку дорослих);

- о*собистісно-зумовлені страхи* виникають через незадоволення життєво важливих потреб для повноцінного розвитку особистості (думки про свої вади, недоліки, відсутність впевненості дитини в любові батьків, розлука з об'єктом прихильності, страх засинати, бути самому у темному приміщенні, самому бути в дома без дорослих, захворіти);

- *ситуативні страхи* породжуються реальними подіями в житті дитини (пожежа, блискавка, землетрус, воєнні дії, поведінка п'яних батьків, мультфільми чи казка з жахами, присутність дитини на похороні) тощо [1].

Причини виникнення дитячих острахів також різноманітні, але зупинимося на деяких з них:

- страхи, що зумовлені набутим досвід переживання страху як почуття, а саме: переляк, афект страху, невдачі;

- страхи, що спричинені недостовірністю або відсутністю знань про навколишні об'єкти предметного світу, страх перед невідомим (стихією, тваринами, незнайомою людиною);

- страхи, що з'явилися, як наслідок невдалої дії, неправильного руху, що призвели до переживання страху перед висотою, різкими рухами, втратою рівноваги;

- страхи, що базуються на основі рефлексу «Що таке ?» (страх різкого звуку, грому, блискавки, грюкання в двері).

Розуміючи природу походження дитячих страхів дорослі можуть допомогти дитині позбутися їх, використовуючи наступні методи

психокорекції: *анатомування страху* – пояснення дитині, що собою представляє предмет, який лякає, з чого складається, «звідки береться», заповнює «прогалини» у сприйнятті дитини, які, як правило, заповнювались приписуванням цьому предмету небезпечних і страшних якостей; *арт-терапія* – малювання на тему «Що мені страшне сниться» або «Чого я боюся» дає можливість відобразити найбільш яскравий страх. Так ми дізнаємося, як він виглядає, як саме лякає й що хоче від дитини, а також, як можна його перемогти в межах цього малюнку: відволікти, переключити на щось інше, захистити себе певними методами, з'ясувати, що він ще любить, крім того, як лякати людей, знайти його «слабкі місця», пожаліти, нагодувати, подружитися з ним; *лялькотерапія* – цей метод базується на процесах ідентифікації дитини зі сміливим героєм мультфільму чи казки, улюбленим персонажем; *казкотерапія* – тексти казок викликають інтенсивний емоційний резонанс у дітей, тому дорослим потрібно так викласти зміст казки, щоб дитина відчула себе хороброю, сильною і змогла побороти страх. Для цього використовуються казки: вигадані із врахуванням індивідуальних особливостей дитини або підібрані таким чином, щоб створити сприятливі умови для подолання страху; *музикотерапія* – музика заспокоює, підбадьорює та подавляє негативні емоції чітко підібрані музичні твори заспокоюють дитину, розслабляючи та відволікаючи її від страху; *ігротерапія* – це природний спосіб вираження свого «Я», зміцнення впевненості у собі. Вона пробуджує активність дитини й ініціативу, розвиває вміння володіти емоціями та приймати самостійні рішення [1].

Основні висновки. Підсумовуюче все вище зазначене, слід розуміти, що дитячи страхи не завжди мають негативний вплив на розвиток дитячої психіки. Навіть наявність патологічного впливу страху на емоційний стан дитини можна подолати при впровадженні своєчасної та ефективної психокорекційної роботи. Головне, щоб батьки були в цьому зацікавлені та приймали активну участь при проведенні корекційних заходів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Пешко Ю.М. Ростемо без страхів / Пешко Ю.М. – Луцьк, 2010. – с. 85.

Наталя Павленко,
студентка 3 курсу
факультету психолого-педагогічної освіти та мистецтв
Наук. керівник: **О. В. Горецька,** к.психол.н., доцент (БДПУ)

ПРОБЛЕМА САМОТНОСТІ В ПОХИЛОМУ ВІЦІ

Актуальність. Сьогодні в психологічній науці зростає інтерес до вивчення соціально-психологічних проблем людей похилого віку. Однією з проблем старості є самотності – соціально-психологічне явище; емоційний стан людини, пов'язаний із відсутністю близьких, втратою життєвих цінностей, позитивних емоційних зв'язків; постійне відчуття покинутості,