

МРНТИ :15.31.31

<https://doi.org/10.51889/2020-1.1728-7847.30>

Тапалова О.Б.¹, Мусанова А.Т.²

^{1,2} *Казахский Национальный педагогический университет имени Абая
(Алматы, Казахстан)*

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДЕТСКИХ СТРАХОВ

Аннотация

В данной статье освещается тема возрастных особенностей развития детских страхов. Особое внимание уделяется возрастным периодам, которые охватывают рождение и младший школьный возраст (от рождения до 11 лет). Указаны страхи, проявляющиеся в каждом возрастном периоде. В статье рассмотрены работы А.И. Захарова, В.Г. Колягиной, С.Г. Зубановой и Т.Л. Шишовой.

Ключевые слова: страх, детские страхи, возрастные страхи, развитие ребенка.

О.Б. Тапалова¹, А.Т. Мусанова²

^{1,2} *Абай атындағы Қазақ Ұлттық Педагогикалық университеті
(Алматы, Қазақстан)*

БАЛАЛАРДЫҢ ҚОРҚЫНЫШЫН ДАМУДЫҢ ЖАС ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Аңдатпа

Бұл мақалада балалардың қорқынышын дамуының жас ерекшеліктеріне байланысты тақырыптар баяндалады. Туған және бастауыш мектеп жасын (туғаннан 11 жасқа дейін) қамтитын жас кезеңіне ерекше көңіл бөлінеді. Әр жас кезеңінде пайда болатын қорқыныш көрсетіледі. Мақалада А.И. Захаровтың, В. Г. Колягинаның, С.Зубанованың және Т.Шишованың еңбектері қарастырылған.

Түйінді сөздер: қорқыныш, балалық шақтағы қорқыныш, жасқа байланысты қорқыныш, баланың дамуы.

О. В. Tapalova¹, А. Т. Mussanova²

^{1,2} *Abai Kazakh National pedagogical university
(Almaty, Kazakhstan)*

AGE FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF CHILDREN'S FEARS

Abstract

This article highlights the topic of age-related characteristics of the development of children's fears. Particular attention is paid to the age period, which cover birth and primary school age (from birth to 11 years). The fears appearing in each age period are indicated. The article discusses the work of A.I. Zakharov, V. G. Kolyagina, S. G. Zubanova and T. L. Shishova.

Key words: fear, childhood fears, age-related fears, child development.

Страх является актуальной проблемой в возникновении психических нарушений у современных детей. В современном мире понятие страха стоит наряду с такими проблемами как наркомания, социальное сиротство и воровство. Дети намного острее переживают страхи, нежели взрослые. Причина этому то, что дети, в отличие от взрослых, еще много не понимают. Чаще то что для ребенка страх, для взрослого сущий пустяк.

Большинство детских страхов имеют временный характер. Своевременное выявление взрослыми и поддержка с их стороны может помочь ребенку в преодолении страха. Но существуют также невротические и навязчивые страхи, которые затрудняют нормальную жизнедеятельность, мешают адаптации и развитию ребенка.

В отечественной психологии темой детских страхов занимались А.И. Захаров, В. Г. Колягина, С.Г. Зубанова, Т.Л. Шишова и др.

Страх по своему существу имеет, как и отрицательное, так и положительное значение. В психологическом словаре А. В. Петровского дается такое определение страха: «Это эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности». В. П. Зинченко и Б. Г. Мещерякова же, в своем словаре, называют страх «отрицательной эмоцией, возникающей в результате реальной или воображаемой опасности, угрожающей жизни организма, личности, защищающим его ценностям (идеалам, целям, принципам и т. п.)».

По мнению А. И. Захарова, страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определенными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности, что отражается на частоте пульса и дыхания, показателях артериального давления, выделении желудочного сока.

Страх – одна из первых эмоций, которую испытывает новорожденный младенец. Вполне вероятно – самая первая, утверждает Т. Л. Шишова. Исходя из этого утверждения можно сказать, что дети уже рождаются со страхом и испытывают его с самых первых дней своей жизни. И чем старше они становятся, тем больше страхов у них появляется.

В разные возрастные периоды дети испытывают различного типа страхи. Возрастные страхи обычно являются кратковременными. Они существенно не оказывают влияния на поведение и характер человека, его отношения с окружающими и с возрастом исчезают.

В своей книги «Дневные и ночные страхи» А. И. Захаров выделяет возрастные детские страхи.

- **0 – 1 год.** Данный возрастной период характеризуется страхом перед резкими движениями, страхом громких звуков, в том числе неожиданных. Страх может вызвать смена настроения матери, а также отсутствие ее и поддержки с ее стороны.

- **1 – 3 лет.** Есть вероятность того, что страхи, присутствующие в период с рождения и до 1 года могут сохраниться в этот возрастной период. Преобладающие страхи этого возраста – сильный страх разлуки с родителями и отвержения с их стороны, изменение привычной жизни, боязнь получить травму, страх засыпания, т.е. ребенок боится уснуть. Страх засыпания вытекает из боязни сновидений. Скорее всего это обусловлено тем, что ребенок видел кошмары, которые сильно его напугали и теперь он думает, что если ляжет спать, то кошмар снова повторится.

- **3 – 5 лет.** Дети осознают, что жизнь рано или поздно закончиться. Появляется страх смерти, в большей степени своей и близких людей. Под влиянием страха смерти у ребенка формируется боязнь опасных ситуации (нападение бандитов, пожары, укусы ядовитых насекомых, змей, опасных животных). Боязнь природных стихий (грома, града, урагана, молнии и т.д.). Причина проявления этих страхов может быть в том, что ребенок понимает, что такие опасные ситуации могут закончиться для человека летальным исходом.

- **5 – 7 лет.** Страх одиночества. Боязнь остаться одному или потеряться. В этот возрастной промежуток преобладают и школьные страхи, в связи с тем, что ребенок поступает в 1 класс. Ребенок боится не соответствовать образу прилежного и хорошего ученика. Появляется страх перед физическим насилием.

- **7 – 11 лет.** Развитие школьных страхов, которые характеризуются боязнью наказания за плохие оценки, опоздания в школу и невыполнения домашнего задания. Страх одиночества не отступает, а наоборот, усугубляется. Здесь он проявляется как утрата любви, непринятие и отсутствие поддержки со стороны окружающих его людей (родители, учителя, сверстники). Страх ссоры с родителями и страх их потери. Сохраняется страх перед физическим наказанием.

В определенных возрастных периодах у ребенка доминируют характерные этому возрасту страхи. Характеризуются тем, что имеют временный характер и сменяют друг друга, что зависит от возраста. Если страх появился в связи с определенной ситуацией и привязан только к ней, не нарушая здоровую жизнедеятельность ребенка и его общения с окружающими, то вполне достаточно спокойно вести себя с ребенком, запастись терпением и ждать, когда страхи отступят сами по мере взросления ребенка. Однако, если ребенок становится тихим, застенчивым, у него проявляются страхи, которые не характерны его возрасту, да и вообще, если он пугается многих вещей вокруг себя, то обязательно обратитесь к специалистам в этой области.

Детские страхи являются актуальной проблемой в настоящее время, разделяя позиции наравне с такими проблемами как воровство, наркомания и социальное сиротство.

Дети, в отличие от взрослых, воспринимают все вокруг намного острее. И те страхи, что кажутся взрослым пустяками, воспринимаются детьми ярче и острее. Если же вы родитель и столкнулись со страхами у своего ребенка, то нужно набраться терпения и постараться соблюдать ряд простых правил:

- Относитесь к ребенку и к его страхам с пониманием;
- Не в коем случае не высмеивайте страхи ребенка. Таким образом вы покажете, что вам безразличны его переживания и он будет чувствовать себя в безопасности;
- Не обсуждайте перед ребенком пугающие события (катастрофы, аварии, несчастные случаи и т.д.);
- Слушайте ребенка и давайте ему возможность выговориться, если это необходимо. Когда ребенок говорит о страхе, то он становится не таким ужасающим, нежели, когда ребенок молчит о нем;
- Постарайтесь не провоцировать ситуацию, которая вызывает у ребенка страх;
- Никогда не запугивайте ребенка. Чаще причиной появления страхов у детей являются сами родители, т.к. они запугивают ребенка, потому что он их не слушается;
- Не оставляйте ребенка наедине со своими страхами. Постарайтесь переключить его внимание на что-то более приятное.

Страхи мешают нормальной жизнедеятельности ребенка, поэтому если вы заметили их у своего ребенка, то постарайтесь помочь ему с ними справиться, для этого необходимо ваше терпение и понимание. Но если ребенку все сложнее справиться со страхами, то обратитесь к психологу или психотерапевту, не пуская все на самотёк. Ведь от этого зависит здоровое будущее вашего ребенка.

Список использованной литературы:

1. Петровский А. В., Ярошевский М. Г. *Психологический словарь*. – М., 494 с.
2. Мещеряков Б. Г., Зинченко В. П. *Большой психологический словарь*. – СПб.: прайм – ЕВРОЗНАК, 2004. – 672 с.
3. Захаров А. И. *Дневные и ночные страхи у детей. Серия «Психология ребенка»*. – СПб.: «Издательство СОЮЗ», 2000. – 448 с.
4. Колягина В.Г. *Психология страхов дошкольников: монография*. – М.: ООО «Прометей», 2016.
5. Зубанова С. Г. *Детские страхи*. – «Научная книга», 2013. – 130 с.
6. Шишова Т. Л. *Страх мой – враг мой. Как помочь ребенку избавиться от страхов. Серия «Родителям в помощь»*. – «Никея», 2012. – 76 с.