

ТЕМА: Розлади емоційної сфери дітей.

ПЛАН

1. Психологічна функція та фізіологічні механізми почуттів.
2. Розлади емоційної сфери почуттів. Дитячі страхи та фобії.
3. Корекційна робота психологів щодо подолання дитячих страхів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вологодина Н. Г. Детские страхи днём и ночью. Москва: Феникс, 2006. 106 с.
2. Данилина Т. А., Зедгенидзе В. Я., Стёпина Н. М. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ. Москва: Айриспресс, 2004. 160 с.
3. Дитячі психологічні травми, страхи. Як їх запобігти // Завуч. 2002. №17–18. С. 62–63.
4. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей. Санкт-Петербург: Союз, 2004. 258 с.
5. Захаров А.И. Как преодолеть страхи у детей. Москва: Педагогика, 1986. 112 с.
6. Зонова О.І. Сутність феномену страху особистості в історичному екскурсі філософії та психології / Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2007. Т.7, вип. 10. С. 122 - 130.
7. Карпенко Н. Диференціація та діагностика окремих видів страху у дітей // Початкова школа. 2002. № 3. С. 4-7.

Як ми вже знаємо із загальної психології, що **емоції** та **почуття** – це переживання людини, які виникають по відношенню до навколишнього середовища, до діяльності, до інших людей та до себе.

Емоції – це прості переживання, основані на задоволенні органічних потреб (в їжі, теплі, воді, відпочинку), вони властиві тваринам і людям.

Почуття – це складні, суто людські переживання. Існують моральні, естетичні та інтелектуальні та практичні почуття.

Завдання до аудиторії:

- ***Згадайте поняття:*** *стенічні, астенічні почуття.*

Форми переживань: *настрої, афекти, стреси, фрустрації, пристрасті.*

- ***Наведіть приклади видів почуттів:*** *моральних, естетичних, інтелектуальних (розумові) та практичних (по відношенню до діяльності).*

Проблема страхів у дітей 3-7 років набуває особливої актуальності як у науковому, так і в практичному вимірах. На сьогодні зростає кількість дошкільників зі страхами, з якими тісно пов'язані хвилювання – почуття невпевненості в собі, що негативно впливає на самооцінку дитини.

За визначенням **З. Фрейда** «Страх – це стан афекту-поєднання конкретних відчуттів ряду задоволення або незадоволення».

Видатні психологи, які вивчали психологію страхів: Виготський Л. С., Запорожець О. В., Костюк Г. С., Фрейд З., Холл С., Панфілов М. О., Склярєнко О. М. та ін., стверджують, що стан страху проявляється в тривожності як переживанні невідомого, загрози, занепокоєння (прихованого або видимого зовні).

Фізіологічною основою переживань є складна рефлекторна робота підкоркових центрів мозку (таламус, гіпоталамус та ретикулярна формація) та кори великих півкуль. Не слід забувати, що підкоркові центри регулюють і фізіологічними процесами в організмі: серцебиттям, диханням, роботою травлення, судинною і м'язовою системою). Основну функцію регуляції емоціями виконує кора великих півкуль, тому, коли

дитина злякалася, вона тремтить, блідніє, плаче, тупотить ногами, кричить, або навпаки - «застигає» на місці і може замочити трусики.

Тому ми бачимо, що дорослі повинні бути досить обізнані в проявах емоційної сфери дітей.

Коли ми говоримо про страхи, то маємо на увазі прояви більш легкої форми розладів емоцій. Є безмежна кількість видів страхів.

Розглянемо, чого діти бояться, звідки прийшли ці страхи?

Пам'ятайте! Наші страхи родом із дитинства!

Страхи бувають вродженими та набутими в процесі життя. **Вроджені страхи** – це інстинктивна реакція організму на небезпеку для життя, здоров'я. Це «страхи наших предків», закладені в підкоркових центрах. Як тварини, так і люди, і діти боїмося висоти, падіння, різкого звуку, світла, темряви, дзвону, криків, вогню, великої раптової води, глибини, невідомих тварин, комах.

Але нас цікавлять більше набуті страхи. **Набуті страхи** – це ті страхи, які дитина набуває в соціальному середовищі. Основою їх є вироблені умовні рефлекси. Закріплені сильні страхи можуть перейти в **фобії**. **Фобії** – це сильні, закріплені страхи, які проявляються вже протягом життя людини, які можуть перейти далі в **фрустрації** (хворобливий нав'язливий страх – стан агресії, депресії, маніакальні синдроми), лікуванням яких у людини займається медицина.

Звідки з'явилися набуті страхи у дитини?

1. Перші страхи в 1-3 роки – це страх самотності: «де мама?».
2. Медичні страхи (боязнь лікарів, тьотю в білому халаті).
3. Страхи, пов'язані з фізичними покараннями дитини.
4. Страхи тварин (собак, тих тварин, які ще дитина не бачила).
5. Страхи казкових героїв.
6. Соціальні страхи (натовпу, вихователів, вчителів, чужих людей).
7. Просторові страхи (замкнуті простори) та дуже багато інших явищ.
8. Страхи смерті своїх батьків.

3. Як же виявити та коригувати дитячі страхи?

Ми вже з'ясували, що тривоги та страхи досить негативний стан організму, який може завершитися не лише боязню, але і стійкими негативними проявами: заниженням самооцінки дитини, заїканням,

енурезами, розладами сну, їжі, розладами уваги, пам'яті, мислення, мовлення, уяви та волі.

Виявити дитячі страхи можна через психологічні методи дослідження:

- спостереження за поведінкою дитини в спілкуванні та діяльності;
- індивідуальні бесіди з дитиною з метою з'ясувати, чого саме вона боїться;
- анкетування батьків чи індивідуальні бесіди з ними;
- через малюнкові тести з дитиною: «Мій страх», «Моя сім'я».

Вихователь повинен не лише виявляти, але й коригувати тривоги дитини сумісно з батьками. Знати правила та причини страхів дітей.

1. Не ізолювати надовго дитину від сім'ї. У дитини проявляється синдром «Я нікому не потрібний».
2. Діти дуже переживають розлади в сім'ях: крики, сварки дорослих, які весь час «ділять» дітей на своїх і чужих.
3. Малюки бояться іграшок: великих ведмедів, котів, іграшок, які стрибають, кричать, мають великі очі, зуби тощо.
4. Діти спостерігають, як мама боїться мишей, жаб, собак – це приклад дитині, що цього треба боятися все життя.
5. У дітей яскрава уява, вони не розрізняють, що реальне в житті, а що уявне. Тому діти 3-5 років часто бояться Діда Мороза, Бабу Ягу.
6. Ніколи не залякуйте дітей: «Не плач, бо віддам тебе в дитячий будинок».
7. Згадайте, а чого боїтесь Ви, звідки ця невпевненість в собі, і чи можна її позбутися? Звичайно, можна.

Дітям можна пояснити, чому цього не слід боятися, показати це своїми діями, прикладом, посміятися над страхом. Можна страх намалювати і спалити, утопити в воді, порвати та віддати вітрові.

Наведемо конкретний життєвий приклад.

В одному з дошкільних закладів нашого міста відбувся такий страшний випадок. Сашко шести років ходив в старшу групу. Мама Сашка теж працювала в цьому закладі вихователем в молодшій групі. Сашко був непосидючим, порушував часто поведінку в іграх, на заняттях. Коли вихователь старшої групи проводила заняття, Сашко весь час порушував дисципліну навмисне, заважав іншим дітям. Тоді вихователь

сказала: «На прогулянку ти не підеш!». Коли діти одягались на прогулянку, вона його закрила в кладовці. Сашко стукав у двері, кричав. Коли діти вийшли і стало тихо, Сашко ще сильніше кричав і плакав. І раптом крик різко обірвався. Помічник вихователя кинулась до дитини. Сашко був непритомний. Збіглися співробітники, мати дитини, викликали швидку допомогу. Дитина прийшла до тями. Але Сашко почав потім заїкатися, жахався в сні, траплявся нічний енурез. Як виявилось пізніше: дитина боялася замкненого простору.

,