Страхи и тревоги детей дошкольного возраста

«Мы обещаем согласно своим надеждам, а поступаем согласно своим страхам»

Ларошфуко

СТРАХИ И ТРЕВОГИ

СТРАХ - эмоциональная реакция, возникающая в ответ на действие угрожающего стимула.

ТРЕВОГА - предчувствие опасности, проявление беспокойства.

Внушение

Травма

Желание Уберечь (передача собственных страхов)

Запугивание

Возрастная динамика страхов

1 – 3 года.

Внезапность и боль.

3-5 лет. Баба-Яга, Бабай, Волк – угроза для жизни, отрыв от родителей; Кощей – наказание.

Возрастная динамика страхов

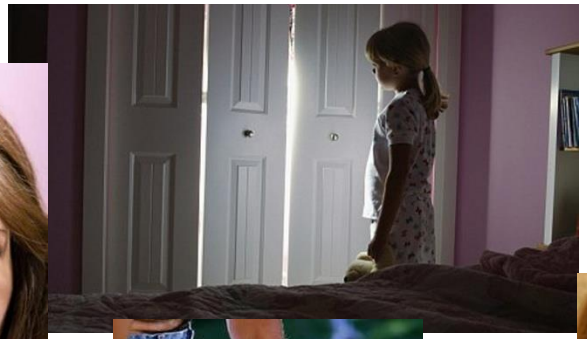
5 – 7 лет.
Страх собственной смерти.

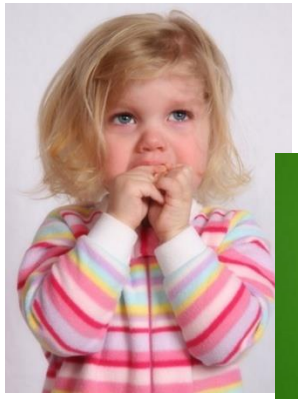
7 – 11 лет. Страх смерти близких, «школьные» страхи (страх быть не тем)

Чувство беспокойства

- Побледневшее лицо
- Затрудненная речь
- «Перехватывает» дыхание
- Отсутствующий, испуганный взгляд
- «Ватные» ноги
- Холодные, потные руки
- Щемит сердце
- Двигательная расторможенность
- Внутри все опускается, «сосет под ложечкой»

Личностная тревожность





Личностная тревожность

Тревожность - это жизнь в сумерках, в комнате с плотно задернутыми шторами, когда нет притока свежих сил, бодрости и оптимизма; постоянно оглядываться назад, на травмирующий опыт, не видеть будущего и его жизнеутверждающего начала.

Причины тревожности

ЛИЧНОСТНЫЕ

- Высокая эмоциональность, восприимчивость
- Ранняя интеллектуализация

НАСЛЕДСТВЕННЫЕ

- Передача генов
- Копирование поведения родителей

ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ

- Конфликты, разница в требованиях, развод
- Гиперопека, завышенные требования, авторитарность

Причины тревожности

СОЦИАЛЬНЫЕ

- Недостаток социальных контактов, коллективных игр
- Неконтролируемые телевизор и компьютер

МНОГО ПЕРЕМЕН ЗА КОРОТКОЕ ВРЕМЯ

- Переезд, смена ОУ
- Выход мамы на работу, замена бабушки няней

БОЛЕЗНИ

- Эмоциональные расстройства, стрессы
- Психические и физические заболевания

Портрет тревожного ребенка

Невротики	Расторможенные	Застенчивые	Замкнутые
Дети с соматическими проявлениями (тики, энурезы, заикание)	Активные, эмоциональные. Стараются хорошо себя вести, но не получается, в результате получают много критики и становятся нарушителями дисциплины.	Тихие, обаятельные, стараются не привлекать внимания, так как боятся контакта с взрослым	Мрачные, неприветливые, на критику не реагируют, не контактируют.

Педагогическая помощь тревожному ребенку.

- Повышать самооценку ребенка, внушать ему веру в свои способности
- Обучать умению управлять собой в ситуациях, вызывающих наибольшее беспокойство
- Учить ребенка снимать мышечное напряжение, расслабляться, создавать для себя комфортную обстановку

Jordan In
A Dreamy World
A man's dreams are an index to his greatness