

### 3.3. Страх як емоційний розлад в дитячому віці

**Немовля вже може відчувати такі емоції, як страх** при сильному звуку чи швидкій втраті опору; **незадоволення**, що проявляється при обмеженні рухів, і **задоволення**, що виникає у відповідь на колисання, поглажування.

Якщо розглядати емоційні реакції в якості індикаторів потреб, які їх обумовили, то можна зробити висновок, що вродженою здібністю викликати емоції володіють: потреба у самозбереженні (страх), в свободі рухів (гнів) і в отриманні особливого роду роздратувань, що свідчать про психічну захищеність (задоволення). **Ці потреби визначають фундамент емоційного життя людини.** Якщо у немовлят страх викликається тільки сильним звуком чи втратою опору, то вже у дошкільників його причинами може виступати багато не тільки біологічних, але й соціокультурних факторів.

#### ***В дітей молодшого шкільного віку страх викликають:***

- природні явища і стихійні явища (*темрява, гроза, пожар, землетрус, повінь*);
- казкові герої, персонажі книг та кінофільмів (*привиди, страховиська*);
- тварини (*змії, вовк, крокодил, миша, собака*);
- незрозумілі символи (*відображення, біла пляма, кроки в коридорі, невідомі звуки*);
- нещасні випадки і ризиковані заняття (*падіння з гірки, катання на ковзанах, плавання*);
- транспортні засоби;
- фактори шкільного життя (*вчителі, завуч, директор, старшокласники, відповіді біля дошки, контрольні, двійки*);
- смерть, самотність, незнайомі люди, біль, покарання.

Страх, як і інші неприємні переживання ( гнів, страждання) не є однозначно «шкідливими» для дитини. **Будь-яка емоція виконує певну функцію і дозволяє дитині і дорослому орієнтуватися в оточуючому предметному і соціальному середовищі.** Так, страх захищає людину від надлишкового ризику при переході вулиці і т.д. Страх регу-

лює діяльність, поведінку, відводить людину від небезпеки, можливості отримання травми. В цьому проявляється **«охоронна» функція страхів**. Вони беруть участь в інстинктивній поведінці, що забезпечує самозбереження.

Крім того, що **страх допомагає будувати поведінку**, він є переживанням, необхідним для нормального функціонування психіки. Так само як організму дитини потрібен не тільки цукор, але й сіль, так і психіка потребує неприємні, навіть “гострі” емоції. Часто діти самі викликають в себе емоцію страху, що підтверджує існування в дитини потреби в переживанні страху.

У порівнянні з дошкільниками в молодших школярів зростає частота «уявних» чи прогнозованих переживань різних загрозливих ситуацій. Формування такого роду страхів відбувається на фоні розвитку операцій прогнозування на основі збережених в пам'яті дитини уявлень про події минулого досвіду. **Наявність уявлених страхів** – сигналів – є важливим регулятором поведінки дітей, що полегшують їх пристосування до нових сфер життя ( в школі, на вулиці, в транспорті).

**Необхідно розрізняти патологічний страх, що вимагає корекції від нормального, вікового, щоб не порушити розвитку дитини.**

Патологічний страх можна відрізнити від нормального за такими **критеріями**: якщо страх перешкоджає спілкуванню, розвитку особистості, психіки, приводить до соціальної дезадаптації і далі – до аутизму, психосоматичних захворювань, то це страх – патологічний.