Лесникова Татьяна Евгеньевна,

воспитатель МКДОУ № 15

**Детские страхи.**

Страх является наиболее опасной из всех эмоций. Обширные образы исследований, посвящённых страху создают прекрасные основания для дальнейшего понимания этой важной эмоции. Проблема страхов у дошкольников достаточна, актуальна в настоящее время. Поэтому, будучи ещё в детском саду, дети должны пройти все тесты трезвости и преодолеть барьер страха в своём сознании. Проблемой страхов дошкольников занимались многие учёные. Известный физиолог И.П. Павлов считал, страх проявлением естественного рефлекса, пассивно - оборонительной реакцией с лёгким торможением коры больших полушарий. Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определёнными изменениями высшей нервной деятельности, отражается на частоте пульса и дыхания, показателях артериального давления, выделении желудочного сока. В самом общем виде эмоция страха возникает в ответ на действия угрожающего стимула. Существует две угрозы, имеющие универсальный и одновременно фатальный в своём исходе характер. Это смерть и крах жизненных ценностей, противостоящие таким понятиям, как жизнь, здоровье, самоутверждение, личное и социальное благополучие. Но и помимо крайних выражений страх всегда подразумевает переживание какой - либо реальной и воображаемой опасности. Гораздо более распространены внушённые детские страхи. Их источник - взрослые, окружающие ребёнка (родители, бабушка, воспитатели детских учреждений), которые непроизвольно заражают ребёнка страхом, тем, что излишне настойчиво, подчёркнуто эмоционально указывает на наличие опасности. В результате ребёнок воспринимает только вторую часть фраз типа: «Не ходи - упадёшь», «Не бери - обожжешься», «Не гладь - укусит». Ребенку пока не ясно, чем ему всё это грозит, но он уже распознает сигнал тревоги, и естественно, у него возникает реакция страха. Страх закрепился и распространился на исходные ситуации. К числу внешних можно отнести также и страхи, которые возникают у излишни тревожных родителей. Разговор при ребёнке о смерти, болезнях, кошмарах, убийствах отражаются на его психике, калечат его. Всё это даёт основание говорить об условно - рефлекторном характере страха, даже, если ребёнок пугается (вздрагивает при внезапном стуке или шуме, т.к. последний когда - то сопровождался крайне неприятным переживанием.

Подобное сочетание запечатлелось в памяти в виде определённого эмоционального следа и теперь непроизвольно ассоциируется с любым внезапным звуковым воздействием.

В многочисленных проблемах мы увидели, что страх в свою очередь можно рассматривать как выражение тревоги в конкретной, объективизированной форме, если чувства не пропорциональны опасности, и тревога принимает затяжное течение.