Страх принадлежит к категории фундаментальных эмоций человека. Мотивация страха - условно-рефлекторная, т. к. в нем закодирована эмоционально переработанная информация о возможности опасности. Само же чувство страха появляется непроизвольно, помимо воли, сопровождаясь выраженным чувством волнения, беспокойства или ужаса.

Страх классифицируется как ситуативно и личностно обусловленный острый и хронический, инстинктивный и социально опосредованный. Боязнь и тревожность, как состояние, соответствующее страху и тревоге. Реальный (при конкретной угрозе) и воображаемые (на уровне представлений).

По степени выраженности страх делится на ужас, испуг, собственно страх, тревогу, опасения, беспокойство и волнение.

Несмотря на свою отрицательную окраску, страх выполняется разнообразные функции в психической жизни человека. Как реакция на угрозу, страх позволяет избежать встречи с ней, играя таким образом защитную, адаптивную роль в системе психической само регуляции.

Это своеобразное средство в познании окружающей действительности. В некотором роде страх - способ ограничения "Я" от чужеродного, неприемлемого влияния извне, страх может мобилизовать "Я" перед лицом внешней опасности, способствуя интеграции внутренних психических ресурсов.

Возрастные страхи в некоторой степени отражают исторический путь развития самосознания человека. В начале ребенок боится остаться один без поддержки близкого лица (7 мес), опасается посторонних, не известных ему лиц (8 мес), далее он боится высоты, боли, бабы Яги.

Далее темноты, огня пожара и т. д., всего того, что было развито у первобытных людей. Человек не смог бы выжить, пренебрегая этими страхами. ВА отличие от естественных, социальные страхи приобретаются путем научения в процессе формирования личности. При большем, чем в норме количестве страхов и их невротическом характере возникает состояние психического напряжения, скованности, аффективно заостренного стремления к поиску опоры.

Поведение становится все более пассивным, атрофируется любопытство, любознательность, избегается любой риск, связанный с вхождением в новую, неизвестную ситуацию общения.

Развивается настороженность и замкнутость, уход в себя, в свои проблемы. Усиливается не свойственная детям ориентация на травмирующее прошлое. Неумение радоваться пропорционально умению тревожиться.

Был проведен опрос детей в возрасте от 3 до 16 лет. Задавался вопрос: "Скажи, пожалуйста, ты боишься или не боишься" и далее было перечисление страхов (папу, маму, бабу Ягу, темноту, страшный сон и т.д.).

Наибольшая чувствительность к страхам проявляется в 7 лет, меньше всего страха - в 15. У дошкольников чаще встречаются страхи боли, уколов, огня, сказочных персонажей, темноты, снов, наказания. В школьном возрасте преобладают страхи войны, смерти родителей, опоздания.

### Семейная обусловленность страхов.

В неполной семье значительное увеличение страхов. Отсутствие отца в семье нарушает формирование поведения, соответствующего полу ( у мальчиков), и психологической защиты от идущей извне угроз ( у девочек).

Им также требуется навык защиты себя от опасности. В полных семьях, абсолютное отсутствие страхов, во всяком случае в дошкольном возрасте, скорее исключение и достаточно часто служит проявлением органической расторможенности, не критичности и невысокого интеллектуального уровня. Больше страхов у детей, живущих в отдельных квартирах, у единственных в семье, если считают главой в семье мать, если есть конфликтные отношения между родителями.

### Возрастные особенности.

Известны рефлекторные реакции новорожденных типа беспокойства в ответ на громкий звук, потеря равновесия, приближение большого предмета. Однако собственно о страхе, а не ореакциях беспокойства можно говорить не раньше 6 мес. Беспокойство во вотрой подловине первого года

Фрейд связал с опасностью отделения от матери. В 8 мес. появляется страх на появление незнакомых лиц. Легко передается беспокойство матери, если она спешит или взволнована. В дальнейшем это коварные сказочные герои, способные отнять жизнь, нанести увечье, ущерб, в отличие от матери, дающей тепло, любовь, жизнь.

#### Преддошкольный возраст.

Страх незнакомых, чужих уменьшается на 2 году жизни. При встрече с незнакомыми людьми ребенок смущается, робеет, что достаточно быстро проходит. Наиболее распространенным страхом в этом возрасте является страх наказания со стороны родителей. В 2 года максимально угрожающи значением обладает сказочный образ волка, после ознакомления со сказками. Нередко в представлении ребенка, волк "реализует свои замыслы" во время сна, что сопровождается двигательным расторможением, криками, пробуждением.

Итак: типичными возрастными страхами у детей обоего пола 1-3 лет жизни будет : в 1 год - страхи одиночества, незнакомых, неожиданных резких звуков; в 2 года \_ страхи наказания, животных, врачей, уколов. Страхов относительно меньше и они быстрее сходят на нет, если в семье доминирует отец, родители не ведут "войну" с самостоятельностью детей, если родители сами уверены в себе и способны помочь ребенку в преодолении воображаемых и реальных опасностей.

#### Младший дошкольный возраст.

В три года у мальчиков чаще представлены страхи сказочных персонажей, высоты, крови, темноту, уколов. У девочек - одиночества, темноты и боли. По мере увеличения интенсивности познавательного развития в старшем дошкольном возрасте количество связей между страхи начинает уменьшаться, достигая минимума в подростковом возрасте. В младшем дошкольном возрасте страх одиночества, основанный на диффузном чувстве беспокойства или тревоги, конкретизируется страхом нападения, воплощенном в лице сказочных персонажей. Расшифровка этого в том, что ребенок, оставшись один без поддержки родителей испытывает чувство опасности. Обычно дети достаточно активно манипулируют сказочными образами в игре, а при участии в играх родителей, особенно отца, подобные страхи сходят на нет, если ребенок сам распределяет роли. Положительный эффект также наблюдается при рисовании различных чудовищ в представлении детей. Следут сказать о триаде страхов, типичных для этого возраста: одиночества, темноты, замкнутого пространства. В таком случае ребенок не остатся один при засыпании, в комнате должен гореть свет, дверь полуоткрыта. Здесь многое зависит от умения родителей не создавать из этих страхов личные проблемы, вовремя успокоить детей, нежно поговорить с ними.

#### Старший дошкольный возраст

Это возраст наибольшей выраженности страхов, что обусловлено не столько эмоциональным, сколько возросшим пониманием опасности. Центральное место занимает страх смерти. Из других типичных страхов следует отметить страх глубины. Связующим звеном страхов у старших дошкольников будет страх смерти. Нередко возникают вопросы вроде : сколько жил твой папа, мама? Зачем люди живут? Откуда все взялось? И заклинания : Не хочу быть старушкой, хочу быть все время девушкой. Подобные фразы говорят о развитии абстрактного мышления, понимания категорий, времени и пространства. Возникновение страха смерти означает осознание необратимости происходящих возрастных изменений. Ребенок начинает понимать, что взросление на каком-то этапе знаменует собой смерть. Страх смерти встречается у детей, у которых обнаруживаются в 8 мес страхи незнакомых лиц, а также некоторая осторожность при начале ходьбы. Эти дети не съезжают с горки, не подходят к открытому окну, не стоят на краю обрыва и т. д. Все это - проявление инстинкта самосохранения, который обостряется у физически соматически и нервно ослабленных детей. Начиная со старшего дошкольного возраста у мальчиков и девочек представляет и страх чертей, как представителей потустороннего мира. Появляются страхи покойников, драконов и т.д.

#### Младший школьный возраст

Дальнейший рост самосознания в данном возрасте связан прежде всего с новой социальной позицией школьника. переживание своего соответствия групповым стандартам, правилам, нормам сопровождается выраженным чувством вины при мнимых и реальных отклонениях .Поэтому в рассматриваемом возрасте основной страх будет - опоздание в школу. Страх смерти еще выраженное у мальчиков заметно уменьшается у девочек. Распространен страх несчастья, беды, рокового стечения обстоятельств, т.е. всего того, что потом получает развитие в страхах перед судьбой, роком и т.д. Подобные страхи, опасения, предчувствия являются отражением зарождающейся тревожности, мнительности, внушаемости

#### Подростковый возраст

Ведущими страхами являются у мальчиков - страхи смерти родителей, у девочек - страх войны. Друга группа выраженных и взаимосвязанных страхов - это страхи собственной смерти, нападения, пожара. Девочки подросткового возраста более насыщены страхами. Существуют природные и социальные страхи. Природные страхи (тридцать пунктов) включали страхи заболеть, смерть, движущийся транспорт, стихия, вода и т.д. Межличностные страхи (51 пункт) - страхи одиночества, некоторых людей, наказания, сделать что-либо не так, потерять контроль над собой. В подростковом возрасте происходит перекрест страхов: уменьшение природных и увеличение социальных. Большое число страхов понижает уверенность в себе, без которой невозможно адекватная самооценка, полноценное общение со сверстниками.

### Страхи при неврозах

Страх - одно из ведущих проявлений при неврозах. Невротический страх в виде общей боязливости, страха ожидания лежит в основе невроза страха. Классической моделью невротического страха является фобии. В отличие от невротического, реальный страх возникает при конкретной внешней опасности, являясь выражением инстинкта самосохранения. Страхов при неврозах во всех возрастах достоверно больше, чем в норме, что подчеркивает повышенную чувствительность к страхам при неврозах. Возраст родителей также оказывает влияние на развитие страхов у детей. Среднее число страхов, особенно у девочек молодых родителей (до 30 лет) достоверно больше, чем у родителей от 30 и старше. Более молодые родители чаще прибегают к наказаниям и угрозами.

В младшем дошкольном возрасте невротической разновидностью будет страх быть "никем", основанной на выраженной в этом возрасте потребности в эмоциональном признании и подддержки со стороны близких к ребенку лиц, к которым он привязан. Лежащий в основе страха быть никем, страх одиночества сопровождается аффективно заостренной и нередко навязчивой потребностью присутствия рядом взрослых, повышенным вниманием с их стороны. Страх чаще встречается у детей гиперопекающих и эгоцентричных родителей. Эти родители часто не обеспечивают необходимого тепла и любви во взаимоотношениях с детьми, требуя в то же время беспрекословного подчинения, беззаветных проявлений чувств любви и признания. Страх быть никем максимально представлен при истерическом неврозе, являясь одной из центральной мотиваций его внутреннего конфликта.

В старшем дошкольном возрасте формируется другая разновидность невротического страха - страх быть "ничем", т.е. не быть, не существовать. Источник этого страха - страх смерти, распространенный как в норме, так и при неврозах.

Ребенок при неврозе страха боится не столько смерти как таковой, сколько всего того, что может привести к непоправимому несчастью, беде, необратимым физическим изменением.

Обеспечение адекватной психологической защиты, и тем самым уменьшение количества страха принадлежит отцу. Речь идет не только о недостаточной роли отца в семье, мягкости его характера, но и жестком обращением с детьми, постоянно испытывающими чувство страха перед угрозой физических расправ.

Типичным у детей с неврозами младшего и школьного возраста будет страх быть не нем, т.е. не соответствовать общепринятым нормам, ожиданиям со стороны знакомых лиц. Это страх сделать не так, как нужно, не то, что следует, т.е. страх ошибки, неудачи.

Страх быть не тем встречается в возрасте интенсивного развития нравственно-этических и нормативно регулирующих социальных отношений, отражая возросший уровень самосознания в формировании личности новую социальную позицию школьника. Его клиническое заострение происходит под влиянием ряда факторов. Важнейшие из них : подчеркнутое чувство собственного достоинства, самолюбия, выраженность чувства вины у детей, высокая тревожность у родителей, интеллектуальная перегрузка, контроль родителей за уроками и оценками.

Рассмотренная клиника психологическая детерминация страха быть не тем свойственна такому распространенному неврозу, как неврастения, при которой он одна из ведущих мотиваций внутреннего конфликта. Страх быть не тем часто сопровождается скованностью и излишним напряжением при вопросах с места, ответах у доски, общении с незнакомыми людьми, выполнение ответственных заданий. У младших школьников при неврастении будет торможение, реже - возбуждение. В эти условиях проявляются заикание, тики, возможные мочеиспускания, боли в животе, кашель, икота. В подростковом возрасте - вегтососудистые реакции тапа покраснения, ознобы, головокружения, обморока.

Типичным для подросткового возраста является невротический страх бать "не собой", т.е. быть болезненно измененным, неспособным владеть собой и контролировать чувства. Страх быть не собой или страх изменения представляет одну из главных мотиваций внутреннего конфликта при обсессивном неврозе. Навязчивые идеи и страхи воспринимаются как несовместимые с Я, чуждые сознанию, как одержимость. Страх быть не собой - это одновременно страх быть другим - обезличенным, лишенным самосознания, индивидуальности и самобытности. Страх быть не собой как реакция на угрозу изменения, отторжения и потери Я часто возникает в следствии попыток родителей с гиперсоциальными, а также тревожно-мнительными и паранойяльными чертами характера односторонне навязать детям свой образ мышления, действий и поступком без учета реальных обстоятельств. Страх быть не собой имеет при неврозах сложную мотивацию своего происхождения. Ведущая линия в нем - аффективно переживаемая невозможность быть собой вследствие прогрессирующих невротических изменений личности и идиосинкразической реакции на навязываемый родителями образ Я, несовместимый с индивидуально преломляемым самосознанием и потенцией развития. Общим для перечисленных страхов является страх отсутствия признания (групповой поддержки) или страх быть не таким, как все.