

Секция «Современные проблемы психологии (подсекция для школьников)»

Страхи современных школьников и способы их преодоления

Научный руководитель – Олейникова Марина Владимировна

Королёва Полина Сергеевна

E-mail: po4tapolina@yandex.ru

Эта тема волновала людей с древних времен, над ней работали такие ученые, как И.П.Павлов, А. И. Захаров, А. М. Прихожан и т.д. Но, в основном, исследования проведены с детьми дошкольного и младшего школьного возраста.

В подростковом возрасте происходят серьезные изменения в личности, которые взрослые не всегда правильно понимают. Актуально рассмотреть проблему с точки зрения самих подростков, которые опираются на свой опыт и опыт своих друзей-ровесников. [n1]

Гипотеза: девушки более подвержены страхам, нежели молодые люди и с возрастом количество страхов уменьшается.

Цель: изучить страхи у современных подростков и определить способы их преодоления.

Задачи:

1. Изучить виды страхов и провести анализ страхов, распространенных у современных десятиклассников.

2. Исследовать то, как страхи влияют на жизнь подростков.

3. Показать, как можно справиться со страхами при помощи игры.

Изначально результатом работы должна была стать памятка, в которой собраны способы преодоления страхов, подсказанные современными юношами девушками. Но в процессе деятельности родилась и была реализована идея дополнить существующую игру «Доминэмо», разработанную командой «Банда умников». [n3]

Подростки часто стараются скрывать свои страхи. Им кажется, что поделиться переживаниями – значит показать свою детскость и слабость.

Другая причина замкнутости – это то, что юноши и девушки не умеют распознавать свои страхи и определять причины их возникновения. Кажется, что страх – это что-то плохое. На самом деле, в древние времена именно страх помог человечеству выжить, совершенствоваться и получить современное развитие. [n2]

Одним из способов помощи подросткам понять себя, свои страхи и переживания – это игра, например, настольная игра «Доминэмо». По правилам на картинках представлены разные ситуации и эмоции, которые они вызывают. Но это слишком общий вариант для любого возраста. В нашей работе мы рассмотрели реальные страхи десятиклассников, составили по ним картинки и, тем самым, дополнили игру. (На сайте «Банды умников» данную ситуацию описали, чтобы не нарушать их авторские права).

Проведя анкетирование в свободной форме, мы получили ответы на вопрос: «Как справиться со страхом». По данным ответам составлена памятка для старшеклассников. Первоначальная гипотеза о том, что девушки больше подвержены страхам, чем юноши, не подтвердилась. Страхи девушек можно назвать «страхами сегодняшнего дня». Страхи юношей – страхи будущего: не найти себя в профессии, не суметь достойно содержать семью, не стать хорошим отцом.

Источники и литература

- 1) Абакумова Т.В. Классификация основных видов страха современного общества // Социальная психология: диалог Санкт-Петербург – Якутск.- СПб, 2002, с.133-140.
- 2) <https://psy.su/feed/11821/>
- 3) <https://bandaumnikov.ru/product/dominemo/?ysclid=m7rtihwxlj779421746>