



## СТРАХИ У ДЕТЕЙ И ИХ ПРЕОДОЛЕНИЕ

© И.А. Горьковая

ГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет» Минздрава России

**Резюме.** Статья посвящена изучению страхов у детей, которые подразделяются на три группы: «инстинктивные» (страх смерти родных и себя, врачей, ужолов и т.д.), страхи «межличностных отношений» (страх опоздать, не успеть, не совладать с чувствами, осуждения со стороны сверстников и т.д.) и «техногенные» (страх пожара, летать на самолете, взрывов и т.д.). По данным исследований 2008–2011 годов, практически у всех детей выявился страх потерять родителей. Наблюдается изменение содержательной стороны: дети 4–6 лет боялись потерять родителей, так как от них зависит обеспечение жизни, в 7–9 лет меняется восприятие родителей и осознается любовь к ним, в 10–11 лет появляются признаки партнерства и его ценности. Также к наиболее часто встречаемым страхам у детей и подростков можно отнести страх школы. В результате нашего исследования выяснилось, что практически каждый третий ребенок подготовительных групп в ДОУ не хочет учиться в школе и/или оценивает свои возможности как ученика негативно. Количество школьных страхов с возрастом уменьшается и уже в младшем подростковом возрасте 11–12 лет составляет около 20 %. Описываются такие способы преодоления страхов, как: создание условий переноса взаимодействия и чувств на игрушку с целью разрядки возникших очагов напряженности; рисование как способ выражения положительных и отрицательных эмоций; различные варианты сказок в том числе в виде метафор жизненного пути; способность родителей контролировать количество кризисных ситуаций у детей при помощи Дневника поэтапного изменения проблемного поведения ребенка и т.д. Рассмотрен феномен «отсутствия страхов» у детей, обнаруженный практически у каждого десятого ребенка. Обсуждаются его возможные причины и негативные стороны.

**Ключевые слова:** страхи у детей; страх потерять родителей; школьные страхи; способы преодоления страхов; феномен «отсутствия страхов» у детей старшего дошкольного возраста.

Проблема страхов у детей является актуальной, так как чрезмерно выраженные страхи могут привести к нарушениям развития. Принято считать, что страх присутствует у всех людей, но проявляется по-разному в зависимости от возраста, пола, конкретной жизненной ситуации и т. д. Считается, что страх непосредственно связан с инстинктом самоохранения. Отдельное значение придается страхам, где можно выделить так называемую отправную точку, например, пребывание в зоне боевых действий, тяжелая болезнь, укус животного и иные психотравмирующие события.

В России в 1980 годах концепцию страхов у детей разработал А. И. Захаров, ввел понятие «невроз страха» у детей, предложил классификацию страхов, описал механизмы возникновения, формирования, закрепления страхов у детей и т. д. Одним из основных механизмов возникновения страхов у детей автор считает внущенные страхи, которые закладываются взрослыми из близкого окружения ребенка. Можно выделить такие этапы описываемого механизма, как: а) существует множество опасностей, о которых предупреждают ребенка, и в прин-

ципе, действительно, возможен ущерб его здоровью и развитию; б) ребенок по большей части обращает внимание на вторую часть высказываемых опасений родителей и воспитателей, и у него формируются конкретно-ситуационные связи типа: «бегать опасно, так как можно упасть и сильно удариться», «разговаривать со взрослыми нельзя, так как они могут нанести вред» и т. д.; в) при неоднократных повторениях у ребенка появляется тревога не только на осознаваемом, но и на неосознаваемом уровне, что в итоге приводит к появлению страхов в качестве регулирующей функции поведения. «Разговоры при ребенке о смерти, несчастиях и болезнях, пожарах и убийствах помимо воли запечатлеваются в его психике... страхи начинают размножаться без каких-либо ограничений, а ребенок становится все более напряженным, скованным и осторожным» [6].

В последние годы все большее распространение внущенных страхов у детей происходит при получении информации из средств массовой информации и восприятия их угрожающего, негативного характера, что может приводить даже к невроти-

ческим реакциям у детей. Так, у детей все чаще появляются техногенные страхи, например, стать жертвой ДТП на автотранспорте, попасть в эпицентр шторма и т. д., тогда как они никогда не были участниками этих событий и видели их только по телевизору.

Содержательная сторона страхов меняется в зависимости от возраста. Например, в результате обобщения данных выпускных квалификационных работ 2008–2011 года практически у всех мальчиков и девочек наиболее значимым оказался страх потерять родителей. Так, дети 4–6 лет боялись потерять родителей, так как они обеспечивают их жизнь: «А что я буду есть?», «Кто будет водить меня в детский садик?». В 7–9 лет меняется восприятие родителей и переходит в плоскость душевной привязанности и любви к родителям: «Хочу быть с мамой и папой, так как они меня любят», «Дома с семьей мне хорошо», «Очень люблю своих родных, они мне покупают много игрушек». С возрастом появляются еще более осознанные и партнерские отношения с близкими родственниками. Так, дети 10–11 лет говорят о том, что «Я очень люблю свой дом, своих маму с папой, а еще больше бабушку с дедушкой», «Мы все дома любим друг друга», «Мы с мамой вместе готовим и любим болтать вечерами» [3].

Также к наиболее часто встречаемым страхам у детей и подростков можно отнести страх школы. Представляется целесообразным сначала остановиться на школьной тревожности. Д. Н. Исаев [8] описывает четыре комплекса проблем, которые возникают у детей: поступление в школу, повышение требований из-за необходимости систематического обучения, трудности усвоения школьных знаний и ориентация на достижение высоких результатов с параллельным осуждением плохо успевающих учащихся.

Школьные страхи обнаруживаются у детей, которые еще только готовятся пойти в школу. По результатам обобщения результатов выпускных работ наблюдается интересная картина: треть детей подготовительных групп не хотят учиться в школе, высказывают целый ряд опасений от страха не справиться со школьными требованиями до страха стать жертвой преследований как со стороны соучеников, так и со стороны учителей.

В принципе, этот страх может иметь под собой серьезные основания и жертвой школьного насилия может стать любой учащийся. В большинстве случаев жертвами школьного насилия становятся дети, имеющие: физические недостатки, особенности поведения, особенности внешности, плохие социальные навыки, низкий интеллект и т. д. [7]. Чаще

всего задирой или преследователем других детей становятся дети из семей с властными, авторитарными взаимоотношениями между членами семьи: они беспрекословно подчиняются домашним правилам и требованиям, но в школе выплескивают отрицательные эмоции, гнев и раздражение; из семей с конфликтными семейными отношениями, которые формируют у ребенка агрессивную модель поведения. Отдельно рассматриваются семьи с генетической предрасположенностью к насилию, где наблюдается низкая переносимость стресса и агрессивная ответная реакция.

Исследование детей задир-жертв, проведенное Т. В. Сенько [13], показало, что у них обнаруживается высокий уровень тревожности и депрессивная симптоматика. Депрессивность является следствием повторяющегося отчуждения этих детей сверстниками. На этом фоне у них растет социальная тревожность, которая определяет поведенческие нарушения.

Отдельно встает вопрос о том, надо ли бороться со страхами у детей и если да, то как?

Существует два противоположных мнения о функциональном значении страхов у детей и подростков в зависимости от функциональности/дисфункциональности семьи, от специфики совладающего поведения [9, 10], от фиксации детских тревог, задающих вектор нормального или нарушенного психического развития [11]. Первое заключается в том, что страх ребенка показывает взрослому его уязвимость, ранимость, повышенную тревожность и, как следствие, родители и другие взрослые должны еще больше ограждать ребенка от жизненных трудностей и возможных опасностей, тем самым оберегая нервную систему ребенка. Другое мнение состоит в том, что страх является проявлением слабости, снижением волевых качеств, трусости и это необходимо преодолевать еще в детском возрасте; нельзя идти на поводу у ребенка, иначе вырастет неуспешная, так называемая невротическая личность.

И в том, и в другом подходе есть уязвимые места. Стратегия работы с ребенком в первом варианте может привести к ограничению самостоятельности ребенка, повышению опеки со стороны родителей, в результате чего ребенок в еще большей мере изолируется от окружающего мира, и его тревоги и страхи только усиливаются, в частности за счет тревожности и мнительности близких взрослых. При втором варианте, когда дети не находят эмоциональной поддержки в семье, они перестают обращаться за помощью к родным со своими переживаниями. И здесь существует серьезная опасность в деформации личности ребенка, его эмоциональных наруше-

ниях в виде повышенной жесткости, эгоизме. Тем не менее столь жесткий способ избавления от страхов может определять ситуативный результат для родителей и учителей, но обычно влечет за собой серьезные трудности для самого ребенка в дальнейшем: неумение проявлять свои чувства, несформированность чувства привязанности к кому-либо, двойственность в характере и т. д., что препятствует личному общению с друзьями и членами будущей собственной семьи.

Наиболее оптимальным является отношение к страхам у детей и подростков достаточно спокойное, взвешенное: без выраженной тревоги и беспокойства или осуждения и тем более наказания. Если степень выраженности страха не высока и носит эпизодический характер, то необходимо ребенка отвлечь от этих страхов: вместе поехать на пикник, покататься всей семьей на санках, роликах, коньках, велосипедах, заняться какой-то интересной деятельностью — складывание картинок из пазлов, конструирование чего-либо, склеивание моделей машин, кораблей и т. д. Ребенка надо занять, чтобы у него не было времени фиксироваться на страхах. Также он должен быть уверен в поддержке и любви со стороны родных, которые, в случае необходимости, его защитят. Обычно дети «перерастают» страхи, то есть они сами исчезают или становятся неактуальными. Этому способствует и интеллектуальное осмысление страхов у детей более старшего возраста, что также снижает их негативное влияние.

К тем страхам, которые излишне беспокоят ребенка и отражаются на его жизнедеятельности, надо отнестись достаточно серьезно. Здесь предлагается родителям ответить себе на вопрос о том, какие страхи для него были актуальными и в какой-то мере остаются актуальными по настоящее время. Общие страхи детей и родителей надо и преодолевать совместными усилиями, например, той же игрой родители невольно могут сами создавать и закреплять различные страхи у детей из-за своей повышенной мнительности и тревожности; из-за чувства одиночества родителя; из-за травматического опыта, пережитого родителями в прошлом, и желания оградить своего ребенка от подобного опыта; из-за болезненности и ослабленности ребенка и т. д. Здесь родители должны пересмотреть воспитательный стиль в отношении ребенка: меньше тревожиться, несколько ослабить контроль за ребенком и разрешить ему принимать самостоятельные решения.

Еще одной из причин трудности устранения страхов или снижения их интенсивности может быть акцент на внешних проявлениях страха у детей, тогда как его интенсивность определяется значением

этого страха для ребенка. Например, если ребенок систематически проявляет страх перед Бабой Ягой, то надо обратить внимание на стиль его отношений с мамой или бабушкой и сделать их более доброжелательными, доверительными, менее требовательными и жесткими.

Обращает на себя внимание творческий подход А. И. Захарова к самым распространенным играм, которые становятся многофункциональными и, в частности, эффективно устраниют или существенно снижают тревогу и страхи у детей, подростков и их родителей. Автор описывает всем известную с детства игру в «пятнашки», которая может применяться как один из приемов психокоррекционной работы не только с ребенком, но и со всеми членами семьи для оптимизации функционирования всей семейной системы [6]. Эффективность применения описываемой игры при систематическом проигрывании заключается в эмоциональной разрядке ребенка; в повышении его активности; в развитии моторики; снижении интенсивности страха при внезапном воздействии; в формировании широкого спектра стратегий поведения в обычных и нестандартных ситуациях; в формировании коммуникативной компетентности и умения действовать в команде; в оптимизации детско-родительских отношений, в первую очередь на эмоциональном уровне.

Интересно описывается создание условий переноса взаимодействия и чувств на игрушку с целью разрядки возникших очагов напряженности. Например, Р. М. Грановская и И. М. Никольская предлагают этот способ применять для преодоления страха у ребенка, которому необходимо сделать тяжелую операцию: «Вместе с тяготами самой операции мощным психотравмирующим моментом для ребенка является неопределенность, страх и оторванность от дома. Используют такой маневр. Разрешают ребенку прийти в больницу со своим мишкой. Доктор ставит диагноз мишке и просит ребенка полечить его. Мишке делают укол, а потом медсестра и ребенок оперируют его, перевязывают и укладывают в постель. Все это делается для того, чтобы ребенок имел наилучшие условия для выражения своих опасений и страхов. Медсестра чутко реагирует на беспокойство ребенка и поясняет и утешает его на каждой «операции» мишке» [5]. Это является весьма актуальным, так как имеются данные о том, что 74% детей боятся врачей, тогда как только 27% из них реально сталкивались с ситуацией витальной угрозы [12].

Этот прием впервые был применен А. Фрейд, которая использовала специальную игровую терапию в работе с детьми, которые пережили бом-

бежки Лондона во время Второй мировой войны. В процессе игры дети строили домики из кубиков и бомбили их. Они проигрывали все, что видели во время реальных бомбёжек: горящие дома, гул, завывание сирен, убитые и раненые люди, врачи и медсестры оказывают помощь и т. д. Дети играли в эти однотипные игры несколько недель. «Дети получали позитивный опыт стабилизации своего психического состояния в присутствии взрослого, который их понимает и поддерживает. Когда ребенок имел возможность в игре отреагировать и выразить свои переживания, то он освобождался от страхов, и пережитое не развивалось в психическую травму» [цит. по 5].

Считается, что одной из важных задач родителей является обучение детей проигрывать достойно без плача, без истерик, без отказа продолжать игру. Тем самым они учатся снижать беспокойство, тревогу, так как посредством игры ребенок «может понять, что, во-первых, его не всегда ждет успех; во-вторых, что для успеха надо работать, думать и много знать; в-третьих, что проигрыш еще не «конец света»» [2]. Возможно, с некоторыми особо чувствительными, ранимыми, импульсивными детьми имеет смысл заранее обсудить вопрос о том, что все время выигрывать невозможно и все иногда проигрывают, что в случае проигрыша мы можем поделиться огорчением и близкие люди нам посочувствуют.

Целый ряд авторов предлагает эффективные способы профилактики возникновения и устранения тревоги и страхов, которые могут с успехом применяться в семье, в детском образовательном учреждении, в больнице, санатории. К таким способам относится рисование, что позволяет выразить ребенку свое эмоциональное состояние, «проработать» имеющиеся страхи и тем самым избавиться от страха или хотя бы снизить его интенсивность. В то же время графические показатели, цветовая гамма, сюжет рисунка показывают взрослым настроение ребенка, наличие или отсутствие повышенной тревожности и страхов у ребенка, помогают конкретизировать содержание имеющихся страхов и т. д.

Отдельно описываются сказки, которые помогают отработать страхи и имеют большое значение для развития ребенка. Особо рассматриваются личные беседы и увлекательные рассказы, которые могут быть очень интересными и помогать ребенку преодолеть свои страхи. Ю. Б. Гиппенрейтер [2] описывает практику А. Нилла, который младшим детям через воскресенье рассказывает истории из их собственных приключений, воображаемых событий и реальных ситуаций, в том числе из школьной жизни. Одним из вариантов сказок являются мета-

форы жизненного пути, в процессе которых проигрываются детьми разные стадии жизненного пути: рождение героев, их выход из дома, встреча с друзьями и добрым волшебником, победа над злодеями и т. д. Данный вид психологической коррекции успешно применяется при эмоциональных и поведенческих расстройствах у детей 7–10 лет [14].

Предлагается принципиально иной способ снижения тревожности и страхов у детей, исходящий из того, что родители в силах контролировать количество кризисных ситуаций в их жизни [1]. Родители должны завести Дневник поэтапного изменения проблемного поведения ребенка для записи возникающих мыслей и составления плана изменений. Первый этап — определение потенциальных стрессоров. Для того чтобы определить причины напряжения, нужно: а) прислушаться к тревогам и жалобам ребенка и б) изучить расписание ребенка за неделю с целью определения, сколько времени он тратит на конкретные дела (время в школе, выполнение заданий на дом и домашние дела, спорт, общение) и сколько остается свободного времени. Второй этап — исключение некоторых стрессоров, например, одно из дел, которое важно для вас и менее важно для ребенка, и это может сыграть огромную роль в снижении уровня его стресса и тревожности. Третий этап — анализ стрессоров, которые вы не в состоянии исключить с целью формирования у ребенка чувства безопасности. Четвертый этап — научить ребенка справляться с неизбежной тревожностью. Предлагаются следующие приемы: произнесение про себя фраз, способствующих снижению уровня стресса — «расслабься и дыши медленнее», «я с этим справлюсь» и т. д.; варианты медитации, в процессе которых ребенку предлагается вспомнить свои приятные переживания: у дедушки с бабушкой в саду, на пляже, плавание в бассейне и т. д.

В дневнике, который должен вести родитель, следует описывать наблюдаемые проявления тревоги и страхов у детей. Если после четырех недель целенаправленной работы родителей по проработке тревоги нет положительных изменений у ребенка, то следует обратиться к специалистам — психологу, неврологу или детскому психиатру.

Считаю необходимым обратить особое внимание на феномен «отсутствие страхов», который выявился у 10% детей старшего дошкольного возраста при анализе данных, представленных в выпускных работах студентов 2008–2011 годов. На этом настаивали как сами дети, так и их родители. При анализе научных публикаций обнаружилось, что нигде не встречается описание и обсуждение подобного феномена.

Причинами выявленного феномена «отсутствия страхов» у детей старшего дошкольного возраста могут быть:

1. Формализованное, эмоционально холодное отношение родителей к собственным детям; родители не видят проявлений страхов у детей при предъявлении им 29 жизненных ситуаций, которые могут вызывать страх у детей (методика А. И. Захарова и М. А. Панфиловой). Видимо, это является следствием психологических и личностных проблем самих родителей.
2. Возможно, это следствие внущенного «отсутствия страхов», по аналогии с внущенными страхами, механизм которых описан выше. Существуют различные воспитательные стратегии, одна из которых базируется на воспитании у ребенка доверия к миру. Ребенку внушается, что он желанен в этом мире, любим, прививаются гуманистические, альтруистические установки. Ребенок растет доверчивым, открытым миру.

Здесь возникает ряд вопросов. Насколько ребенок должен быть «открытым» к миру? Какие ограничения должны быть у ребенка? Внущенные страхи или внущенное «отсутствие страхов» родителями помогают полноценному развитию детей или, наоборот, нарушают его? Где грань, за которой опасения родителей за благополучие ребенка, могут нанести вред его полноценному развитию? Какой уровень тревожности носит адаптивный характер и как этот уровень сопряжен с наличием страхов у детей? Все эти вопросы до сих пор остаются дискуссионными.

При наличии феномена «отсутствия страхов» у детей старшего дошкольного возраста наблюдалось «особое» воспитание, при котором родители везде берут ребенка с собой: в гости, на выставки, в путешествия, начиная с самого раннего возраста ребенка. Этот стиль весьма отличается от традиционного, так как ребенок ставится в ситуацию переизбытка впечатлений и событий. Описанная форма воспитания выявила при беседе с тремя матерями из четырех, у детей которых обнаружился феномен «отсутствия страхов». Может быть, такие формы воспитания, когда родители никоим образом не хотят менять свой образ жизни, даже несмотря на наличие маленького ребенка, привели к рассматриваемому феномену «отсутствия страхов» у детей. Это умозаключение требует дальнейшего исследования и делать выводы на основании трех эпизодов нельзя, но задуматься заставляет [4].

У всех четырех детей с феноменом «отсутствия страхов», по отзывам их воспитателей в детском дошкольном учреждении, наблюдалось повышенно рискованное поведение, которое проявлялось спонтанно. Эти дети пытались самостоятельно уйти до-

мой, эпизодически отказывались выполнять распорядок дня, прыгали с горки, подстрекали других детей к подобным формам поведения и т. п. Данное поведение практически не поддавалось коррекции и приводило к негативным последствиям как для самого ребенка, так и других детей. В итоге, родителям этих детей рекомендовалось обратиться к психологу, неврологу, психиатру.

Таким образом, в результате исследования выявилось, что наиболее актуальным является страх потерять родителей. Наблюдается изменение содержательной стороны: дети 4–6 лет боялись потерять родителей, так как от них зависит обеспечение жизни, в 7–9 лет меняется восприятие родителей и осознается любовь к ним, в 10–11 лет появляются признаки партнерства и его ценности. Также к наиболее часто встречающимся страхам у детей и подростков можно отнести страх школы. Практически каждый третий ребенок подготовительных групп в ДОУ не хочет учиться в школе и/или оценивает свои возможности как ученика негативно. У 10% детей старшего дошкольного возраста наблюдается феномен «отсутствия страха».

В данной статье описываются такие способы преодоления страхов, как: создание условий переноса взаимодействия и чувств на игрушку с целью разрядки возникших очагов напряженности; рисование как способ выражения положительных и отрицательных эмоций; различные варианты сказок, в том числе, в виде метафор жизненного пути; способность родителей контролировать количество кризисных ситуаций у детей при помощи Дневника поэтапного изменения проблемного поведения ребенка.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Борба М. Нет плохому поведению: 38 моделей проблемного поведения ребенка и как с ними бороться: Пер. с англ. — М.: Вильямс, 2006. — 320 с.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? — М.: АСТРЕЛЬ, 2008. — 256 с.
3. Горьковая И.А. Страхи у детей в рамках концепции А.И. Захарова // Сборник статей памяти А.И. Захарова. — СПб.: изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2011. — С. 10–17.
4. Горьковая И.А. Феномен «отсутствия страхов» у детей как фактор девиантного поведения // XI Мнухинские чтения. «Актуальные проблемы психиатрии, психотерапии, клинической психологии семьи и детства: организация, диагностика, лечение, реабилитация, подготовка специалистов и работа в мультидисциплинарной команде». Международная научная конференция, посвященная памяти профессора С.С. Мнухина. — СПб., 2013. — С. 133–136

5. Грановская Р.М., Никольская И.М. Защита: психологические механизмы. – СПб.: Знание, 1999. – 352 с.
6. Захаров А.И. Дневные иочные страхи у детей. – СПб.: Речь, 2005. – 320 с.
7. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. – СПб.: Речь, 2003. – 248 с.
8. Исаев Д.Н. Детская медицинская психология. Психологическая педиатрия. – СПб.: Речь, 2004. – 384 с.
9. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: монография. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. – 296 с.
10. Куфтия Е.В. Психология семейного совладания. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. – 320 с.
11. Малкова Е.Е. Тревожность и развитие личности: Монография. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2013. – 268 с.
12. Руслакова Е.Е. Представление детей о врачах // Анальные чтения-2013. Психология в здравоохранении: Материалы научной конференции, 22–24 октября 2013 г. / Отв. ред. О.Ю. Щелкова. – СПб.: Скифия-принт, 2013 – С. 242–243.
13. Сенько Т.В. Психология взаимодействия: Часть четвертая: Истоки агрессивного поведения детей: Учебное пособие – Минск: Карандашев, 2002. – 256 с.
14. Яковлев В.А. Метафора жизненного пути в психологической коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у детей 7–10 лет // XI Мнухинские чтения. «Актуальные проблемы психиатрии, психотерапии, клинической психологии семьи и детства: организация, диагностика, лечение, реабилитация, подготовка специалистов и работа в мультидисциплинарной команде». Международная научная конференция, посвященная памяти профессора С.С. Мнухина. – СПб., 2013. – С. 480–483.

## FEARS AMONG CHILDREN AND OVERCOMING THEM

Gorkovaya I.A.

◆ **Resume.** The article examines the fears of children, which are divided into three following groups: the “instinctive” fears (fear of death, death of relatives, fear of doctors, injections, etc.), fears of “interpersonal relations” (fear of being late, did not catch, fear of inability to cope with feelings, fear of disapproval from peers, etc.) and “technological” fears (fear of fire, fly a plane, explosions, etc.). According to the research of 2008–2011, almost all children revealed a fear of losing their parents. Change is observed in the content side: children 4–6 years were afraid of losing their parents because parents provide their lives. The perception of parents is changing at the age of 7–9 years and children realize love for them, in 10–11 years signs of the partnership and its value appear. Also the fear of school can be attributed like one of the most frequent fears in children and adolescents. The results of our study showed that almost every third child in the preschool group does not want to go to school and / or negatively assesses its educational opportunities. Number of school fears decreases with age and in early adolescence 11–12 years is about 20 %. The article contains a description of such ways to overcome fears as: creation of conditions to transfer interactions and feelings on the toy to defuse a tension; drawing as a way of expressing positive and negative emotions; a variety of fairy tales including in the form metaphors of the life path; parent's ability to control the amount of crisis situations in children using the Diary of a gradual change of the child problematic behaviour and etc. The study examined the phenomenon of “no fear” in children, which has been found in almost every tenth child. Discusses its possible causes and negative sides.

◆ **Key words:** fear in children; fear of losing their parents; school fears; ways to overcome fears; the phenomenon of “no fear” in children of older preschool age.

### ◆ Информация об авторе

Горьковая Ирина Алексеевна – д-р психол. наук, профессор, зав. кафедрой. Кафедра психосоматики и психотерапии. ГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет» Минздрава России. 194100, Санкт-Петербург, ул. Литовская, д. 2. E-mail: irlgork@mail.ru.

Gorkovaya Irina Alekseyevna – Dr Sci, Professor, Department of Psychosomatics and Psychotherapy. Saint-Petersburg State Pediatric Medical University. 2, Litovskaya St., St. Petersburg, 194100, Russia. E-mail: irlgork@mail.ru.