



# ՄԱՆԿԱԿԱՆ ՎԱԽՆԵՐ

## ԻՆ՞՞՞՞՞ Է ՎԱԽԸ

1. ՎԱԽԸ ԴԱՇՏՊԱՆԻՉ ՀՈՒՅՅ Է
2. ՎԱԽԸ ՄՈՒԲԼԻԻԶԱՑՆՈՒՄ Ե ՄԱՐԴՈՒՆ ԴԱՅՔԱՐԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ
3. ՕԳՆՈՒՄ Ե ԿԱՆԽԵԼ ԿՅԱՆՔԻ ՀԱՄԱՐ ԿՏԱՆԳԱԿՈՐ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ԵՎ ԶԱՅԼԵՐԸ
4. ՎԱԽԸ ՀԱՃԱՆ ՉՈՒԳԱՑԿՎՈՒՄ Ե ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԱՅԼ ՀՈՒՅՅԵՐՈՎ՝ ԱՄՈԹԻ, ՄԵՂՔԻ, ԻՆՔՆԱՍԻՐՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՀՊԱՐՏՈՒԹՅԱՆ ԱՆԿՄԱՆ ՉԳԱՑՈՒՄՆԵՐՈՎ

## ՎԱԽ

- Վախը սովորաբար առաջանում է կոնկրետ վտանգի, որևէ վախենալու օբյեկտի առկայության դեպքում:
- Վախն ուժեղ, բուռն հակազդում է վտանգի պարագայում, այն սովորաբար անհետանում է վտանգավոր օբյեկտի կամ իրավիճակի ավարտի դեպքում:

## ՏԱԳՆԱԴ

- Տագնապն առավելապես դրսևորվում է որպես անորոշ, անբացատրելի մտքերի, կանխագագացումների ամբողջություն,

որոնք հստակեցված չեն որոշակի, կոնկրետ օբյեկտով ու պատճառներով:

- Տագնապը, ինտենսիվությամբ ավելի թույլ է և ձգվում է ժամանակի մեջ և ուղեկցում է մարդուն ավելի տևական ժամանակահատվածում:



- Երբեմն երեխայի մոտ վախերը կարող են ի հայտ գալ նաև օբյեկտի բացակայության պարագայում:

## Մանկության շրջանին բնորոշ վախերն են

### 1. ԻՐԱԿԱՆ ՎԱԽՆԵՐ

Վախի այս տեսակը առաջ է գալիս որևէ հստակ և իրականում տեղի ունեցած միջադեպից հետո

### 2. ԿՊՉՈՒՆ ՎԱԽՆԵՐ

Վախերի այս տեսակը, սովորաբար, պայմանավորված է երեխայի տազնապային հոգեվիճակով. երեխան վախենում է որոշ երևույթներից՝ խուսափելով դրանց առաջացրած հետևանքներից

### 3. ՏԱՐԻՋԱՑԻՆ ՎԱԽՆԵՐ

Այս վախերը վերանում են տարիքային տվյալ փուլի անցմանը զուգընթաց, կորցնում են իրենց նշանակությունն ու ինտենսիվությունը





## 4. ՁԻՇՏՈՒՄԻՆ ՎԱԽՏԵՐ

Երեխաներին հատուկ են բազմապիսի վախեցնող երազներ և մղձավանջներ տեսնելը: Նրանք անհանգիստ են քնում, ծնողին կանչում են իրենց մոտ, երբեմն առավոտյան չեն հիշում իրենց երազները:



## 5. ԵՐԵՎԱԿԱՆՎԱԽՏԵՐ

Նմանատիպ վախերը ծագում են երեխայի բուռն երևակայության, ֆիլմերի, մուլտֆիլմերի, համակարգչային խաղերի, մեծահասակների ներշնչանքների արդյունքում:

### Վախերի առաջացման պատճառները

- Մանկական վախերի առաջացման պատճառները հիմնականում կապված են ընտանեկան իրավիճակի և ծնողավարական ոչ արդյունավետ մոտեցման հետ: Մեծահասակները դաստիարակչական նպատակով հաճախ են նախընտրում վախեցնել երեխաներին:
- Ընտանեկան անբարենպաստ իրավիճակը: Նման անբարենպաստ գործոններից են ընտանեկան հաճախակի կոնֆլիկտները, բռնությունը, ընտանիքում ագրեսիվ վարքի առկայությունը, պարբերաբար հնչող մեղադրանքները, ամուսնալուծության սպառնալիքը, ընտանիքում քրոնիկ հիվանդությունների առկայությունը, ծնողների ակրիոլամիությունը և այլ նմանատիպ իրավիճակներ:
- Ծնողավարական ոչ արդյունավետ ռազմավարությունը: Օրինակ՝ գերխնամքը կամ, ընդհակառակը, անտեսումը, մերժումը:

- Ինտենսիվ հոգետրավմատիկ իրողությունը: Վախերի կարևոր պատճառ կարող է հանդիսանալ ինտենսիվ հոգետրավմատիկ իրողությունը. որևէ կազմաքանդող սթրեսային իրողություն կամ միջադեպ, որին ի պատասխան երեխայի մոտ ձևավորվում են տարաբնույթ վախեր և տագնապային արձագանք:
- Երեխա-երեխա անհաջող փոխհարաբերությունները: Հասակակիցների կամ այլ երեխաների հետ հարաբերությունների բացասական փորձը, ծաղրանքը, ճնշումները, նսեմացումը կարող են բերի հող ստեղծել երեխայի տագնապների և վախերի առաջացման համար:
- Ֆիզիկական խնդրի արդյունք: Կարող են որևիցե ֆիզիկական խնդրի արդյունք լի նել՝ նյութափոխանակության խանգարումներ, տևական հիվանդություններ, գլխուղեղային վնասվածքներ և այլն:

## ԻՆՉ ԱՆԵԼ, ԵՐԸ ԵՐԵՒԱՆ ՎԱԽԵՆՈՒՄ Է

- Ընդունել այն փաստը, որ երեխան կարող է վախենալ,
- Ընդունել նրա հույզերը,
- Ճանաչել և տարբերակել վախի տեսակը,
- Վերլուծել դրա ծագման պատճառները:
- Երեխան պետք է ապահով զգա մեծահասակի կողքին, չկաշկանդվի խոսել սեփական վախերից, չանհանգստանա ծաղրանքի կամ արժեզրկման արժանանալու համար:
- Կարևոր է բացատրել երեխային իրականությունը, ցույց տալ





պատճառահետևանքային կապերը, միասին վերլուծել և բացահայտել վախերի ծագման հիմքերը:

- Վախերի և տագնապի պատճառով երեխան կարող է որոշակի ռեգրեսիվ, հետընթացային վարք ցուցաբերել՝ գիշերամիզություն, մատ ծծել, եղունգներ կրծել, ծնողներից կառչել և այլն: Կարևոր է, որպեսզի մեծահասակն ընդունի այդ վարքը, մեկնաբանի այն երեխայի տագնապների համատեքստում, չարժեզրկի և չբարկանա:

