

STRAHOVI DJECE PREDŠKOLSKE DOBI

DAVOR MIKAS¹, ŽANA PAVLOVIĆ², MIRJANA RIZVAN²

Strah je primarna emocija koja se veže uz određenu prijeteću situaciju. Predstavlja urođeni obrambeni mehanizam kojim se osoba štiti od različitih potencijalnih opasnosti. Prva prava reakcija straha uočava se između 6. i 8. mjeseca kada dijete reagira na pojavu nepoznate osobe. U prvim godinama života, zbog nemogućnosti verbalizacije, roditelji uočavaju djetetove strahove i bojazni primarno kroz njegovo ponašanje. Razvojem govora dijete imenuje osobe, situacije i pojave kojih se plaši. Potrebno je razlikovati razvojne strahove od neurotskih strahova. Razvojni strahovi su fiziološki, vežu se uz pojedine razvojne faze i najčešće prolaze spontano. Oni su u funkciji odrastanja i osamostaljivanja djeteta. Najčešći strahovi predškolskog djeteta su: strah od odvajanja, uništenja, ozljeđivanja, životinja, mraka, imaginarnih bića, nepoznatih osoba itd. Neurotski strahovi uglavnom nastaju kao rezultat nemogućnosti svladavanja razvojnih strahova, što je najčešće posljedica poteškoća u razvoju ili neadekvatne podrške roditelja. Iznimno je važno o djetetovim strahovima govoriti s obzirom i razumijevanjem. Potrebno mu je pomoći da izrazi svoj strah kroz igru, priču ili crtež, te ga potaknuti da se suoči sa strahom kako bi naučio nositi se s njime i nadvladati ga. Ukoliko uskratimo priliku djetetu da proživi strah uskraćujemo mu i mogućnost razvijanja sposobnosti nošenja sa strahom, kao i mogućnost osobnog rasta i emocionalnog sazrijevanja.

Deskriptori: STRAHOVI KOD DJECE, ANKSIOZNOST, RAZVOJNI STRAH, NEUROTSKI STRAH, ODVAJANJE, PREDŠKOLSKO DIJETE, RODITELJ, ODGOJITELJ

Uvod

Strah je jedna od četiri primarne emocije koja ima značajan udio u funkcioniranju svakog ljudskog bića. Predstavlja urođeni prirodni obrambeni mehanizam kojim se osoba štiti od različitih potencijalnih opasnosti kako bi sačuvala vlastiti život i osigurala biološki opstanak. Redovito je praćen nizom fizioloških promjena u organizmu, koje se najčešće manifestiraju kao: suha usta, lupanje srca, povišen krvni tlak, ubrzano disanje, znojenje, drhtanje, "praznina" u želucu, potreba za uriniranjem itd. (1, 2). Prema procjenama pojedinih autora više

od 90% djece u dobi između 2. i 14. godine "pati" od nekog oblika specifičnog straha, dok istovremeno veći dio njih ima i po nekoliko strahova odjednom. Pored straha, kada govorimo o razvojnom procesu, često nailazimo i na pojam anksioznosti. Anksioznost je kompleksan i neugodan osjećaj tjeskobe i bojazni koji je poput straha redovito praćen aktiviranjem autonomnog živčanog sustava (1, 3). Premda se općenito može reći kako je strah primarno vezan uz realnu opasnost u sadašnjosti, dok se anksioznost pretežno odnosi na prijetnju koja se predviđa (anticipira) u budućnosti, ovi se fenomeni u različitim znanstvenim disciplinama (pedagogiji, psihologiji, dječjoj i adolescentnoj psihijatriji...), osobito u razdoblju razvoja osobnosti, uglavnom zajedno razmatraju i proučavaju. Na strahove djece se najčešće gleda kao na prirodnu reakciju na prepoznati izvor opasnosti koja uključuje izbjegavanje prijeteće situacije ili objekta, dok se anksioznost percipira kao difuzna reakcija na nespecifične podražaje. Anksioznost prati "slobodno plutajući strah"

koji vuče porijeklo iz djetetovog intrapsihičkog svijeta i on se primarno ne odnosi na stvarne vanjske objekte, niti na konkretne životne situacije (4).

Prvi nenaučeni odgovori dojenčeta na potencijalne opasnosti u kojima se mogu nazrijeti osnovni oblici straha vežu se uz Moroov refleks. Moroov refleks je prirodni odgovor djeteta izazvan brзом promjenom njegovog položaja, naglim pokretom podloge na kojoj leži ili glasnom bukom. Reakcija prestrašenog djeteta manifestira se tako da ono raširi ruke i šake, zabaci glavu unatrag, a zatim skupi ruke kao da želi zagrliti nekoga. U skladu s time može se pretpostaviti kako je Moroov refleks urođena reakcija dojenčeta na opasnost padanja i gubitka podloge na kojoj se dijete nalazi. Čini se da dijete, i u kasnijim razvojnim periodima, u svim situacijama u kojima postoje nagli i snažni podražaji, jaki zvukovi i nagli pokreti, reagira izbjegavanjem i povlačenjem od izvora potencijalne opasnosti (5, 6).

¹Sveučilište u Mostaru
Fakultet prirodoslovno-matematičkih
i odgojnih znanosti
²Dječji vrtić Cvrčak, Solin

Adresa za dopisivanje:
Doc. dr. sc. Davor Mikas
Sveučilište u Mostaru
Fakultet prirodoslovno-matematičkih
i odgojnih znanosti
88000 Mostar, Matice Hrvatske bb, BiH
E-mail: davormikas@yahoo.com

Najzanimljiviji primjer reakcije djeteta na nove i nepoznate okolnosti uočava se u drugoj polovici prve godine života kada se javlja strah od gubitka važne osobe (majke) s kojom je dijete uspostavilo snažan emocionalni odnos. Ta reakcija predstavlja prvi izraz budućeg straha od odvajanja. Nakon simbiotske faze (3. - 5. mjesec) u kojoj ima doživljaj kako su ono i majka jedno, jedna jedinstvena cjelina, slijedi proces postupnog udaljavanja i izdvajanja iz simbiotskog zajedništva. Dijete se sve više okreće svijetu oko sebe i kao da se "izliježe iz simbiotske ljuštore" (7). Između šestog i osmog mjeseca postaje sposobno prepoznati lice majke i razlikovati ga u odnosu na druga lica. Dolazak druge, nepoznate ili manje poznate osobe budi u njemu nelagodu i strepnju, a ponekad i jasno izražen strah. Neka djeca reagiraju relativno blago, lagano okrenu glavu od nepoznate osobe, dok reakcije druge djece mogu biti poprilično naglašene i burne (7). Nakon što dijete prohoda fizičko udaljavanje od majke postaje sve izraženije. Ono sada vidi majku iz različitih pozicija što uvjetuje postupnu promjenu njegovog doživljaja. Ovo je vrijeme i prvih zabrana. Majka koja je prije udovoljavala svim njegovim zahtjevima i željama sada ga počinje ograničavati i usmjeravati, tražeći od njega (svjesna različitih opasnosti koje ga čekaju) pojačani oprez i određenu poslušnost. Sve to dovodi do toga da nju dijete počinje doživljavati kao zasebnu osobu, a ne kao dio njega samog. Ta mu spoznaja ruši iluziju zajedništva koju je nosilo duboko u sebi.

Premda je dijete do sada bilo iznimno motivirano potrebom da istražuje svoju okolinu i aktivno se postavlja u odnosu na vanjski svijet, prihvaćajući poznate osobe kao supstitut majke u sredini na koju je naviknuto, taj istraživački zanos traje relativno kratko jer se unutarnji osjećaj sigurnosti postupno gubi, postaje osjetljivo na odvajanje. Ta nova pozicija jača u djetetu želju da se vrati majci, da stalno bude pored nje kako bi nanovo uspostavilo i trajno zadržalo osjećaj sigurnosti. Kao da želi vratiti vrijeme u kojem su ono i majka bili jedno, dio sigurne i čvrste simbiotske zajednice. Nastoji se igrati pored majke, kroz igru se trudi uporno komunicirati s

njom (obraća joj se, donosi joj igračke), obožava igre skrivanja u kojima uvijek iznova simbolički gubi i pronalazi majku (7-9). Aktivno odmicanje od majke postaje sve naglašenije kako dijete ovladava slobodnim kretanjem. Sve više postaje svjesno da se može kretati i dalje od nje, zalaziti u prostor u kojem se ona ne nalazi. Umjereno iskustvo odvajanja, dozirane i prihvatljive količine separacijske anksioznosti povoljno djeluju na proces individualizacije i osamostaljenja djeteta (8, 10). Proces odvajanja u velikoj mjeri potpomaže određeni predmet (prijelazni objekt) koji dijete koristi kako bi zadržalo kontinuitet poznatog svijeta i olakšalo prijelaz s jednog mjesta na drugo. Taj predmet (najčešće je to omiljena djetetova igračka - medo, zeko, komadić krpice...) ima moć da uspostavi emocionalnu poveznicu s voljenom osobom u odsutnosti i na taj način učvrsti osjećaj sigurnosti i premosti prijeteću prazninu. On potiče djetetovu sposobnost da u mašti kreira određeni objekt što mu olakšava uspostavu emocionalnih odnosa s drugim osobama u svojoj sredini i otvara prostor za nesmetanu stvaralačku aktivnost (6, 11, 12).

U narednoj fazi razvojnog procesa uspostavlja se unutarnja postojanost objekta, odnosno konstantna mentalna predodžba majke koju dijete uspijeva zadržati u situacijama fizičkog razdvajanja. Pouzdana unutarnja predodžba majke omogućava mu da na dulje vrijeme uspješno podnese iskustvo odvojenosti usprkos napetosti i anksioznosti kojoj je u tom razdoblju izloženo (7-9).

Iskustvo odvajanja

Temeljni izvor sigurnosti i povjerenja koji je nužan za istraživanje vanjskog svijeta dijete pronalazi u roditeljima. Odvajanje od majke ili drugih bliskih osoba koje voli i za koje je emocionalno vezano dijete može doživjeti iznimno traumatično (13). Odvajanje, u simboličkom smislu, istovremeno znači napuštanje prostora sigurnosti i susret sa stranim i nesvakidašnjim svijetom koji potencijalno može biti rizičan, a ponekad i izrazito opasan. Napuštanje prostora u kojem se dijete osjeća zaštićeno često izaziva osjećaj krajnje krhkosti, ranjivosti i bes-

pomoćnosti. Predodžbe odvajanja mogu se odnositi na prostor, vrijeme i namjere. Na prostor u kojem se događa čin odvajanja može se gledati i kao mjesto kidanja veze sa izvorom sigurnosti u određenoj točki dodira. Slike odvajanja koje se vežu uz prostor pretežno su simbolizirane pokretima i pomicanjem - strah od pada, strah da će se izgubiti, strah od otimanja. One mogu imati i vremensku dimenziju, anksiozno iščekivanje povratka bliskih osoba. Pored toga, predodžbe odvajanja mogu sadržavati i elemente namjere - strah od napuštanja koji je najčešće potaknut predodžbom loših roditelja (6).

Sadržaj mnogih dječjih strahova nerijetko je protkan različitim nesvakidašnjim figurama - lopovima, vješticama i fantomima. Sve ove strašne i zle spodobе čudnog i opasnog izgleda nose sa sobom strah i nemir, ugrožavaju i ruše sigurno obiteljsko okruženje, a svoje žrtve redovito otimaju, krađu i odnose u nepoznatom pravcu. Ova natprirodna zla i opaka stvorenja redoviti su stanovnici dječjih zastrašujućih snova, a u nemirnu dječju maštu dolaze putem priča i bajki koje odrasli nude djeci (6, 14).

Ivan (4,4): Bojin se Baba Roge jer ima vriću u kojoj nosi dicu i otrov. Ne znam kako izgleda jer sam je samo čuja, a nisan je vidija. Moja mama se isto jako boji Baba Roge. Tata se boji onog strašila sa Brankovog (Ivanov brat) mobitela. Ono ti je nekakvi krvavi Zombi.

Antonio (4,5): Bojim se pravog vampira jer izgleda ko Zombi i krvav je. Moja se mama boji velikog čudovišta zato jer je on ogroman i može je pojesti. Tata se isto boji Zombija ka i ja jer se šulja, samo ga čuješ, ne vidiš ga.

Pored toga dječji strahovi su ispunjeni tematikom sudbine bliskih osoba u trenucima iznenadnih događaja, udaljavanja i odlaska iz sigurne obiteljske sredine. Strah za sudbinu bliskih osoba prati dijete osobito od vremena kada ono postaje sposobno sudjelovati u verbalnoj komunikaciji, zato što postupno postaje svjesno činjenice kako je njihov život u vanjskom svijetu izložen stalnoj opasnosti. Na to se nadovezuje i tematika smrti. Smrt bliskih osoba dijete nije u stanju u potpunosti shvatiti niti razumjeti, među-

tim može je doživjeti kao neki vid opasnosti i nejasne prijetnje u budućnosti (6).

Špiro (5,6): Ne bojim se baš ničega, samo se nekad pripadnem kad mi se tata s broda ne javi na "Skype" dugo dana.

Luka (6 god): Ja se bojim da će se dogoditi u kući požar pa bi mi svi nastradali u kući. Tata i mama bi mi umrli ili išli u bolnicu.

Jedna od glavnih tema straha od odvajanja veže se uz opasnost napuštanja od strane bliskih i dragih osoba. U osnovi tog straha krije se opasnost od gubitka ljubavi roditelja i drugih važnih odraslih osoba zbog procjene djeteta da je učinilo nešto što je nedozvoljeno i što oni ne odobravaju. Dijete može doživjeti reakciju roditelja na svoje ponašanje kao kaznu ukoliko ima dojam kako je zbog toga ugrožena sigurnost koja mu se pruža unutar obiteljskog doma. Ova situacija može pokrenuti strah od napuštanja, na koji se nadovezuje strah od odvajanja, odnosno javljanje osjećaja očaja i bespomoćnosti. Dijete postaje zabrinuto jer je svjesno vlastite slabosti i ovisnosti o ljubavi roditelja. U osnovi straha od napuštanja krije se predodžba nezainteresiranih roditelja koji ne vole svoje dijete. Isto tako, ove okolnosti mogu provocirati razvoj osjećaja krivnje djeteta.

Filip (5 god): Jednom sam se izgubio u Intersparu (trgovački centar) pa sam se boja nekih stranaca kojih ne poznajem. Boja sam se da će mi nestat mama i tata. Onda me je prodavač zaustavlja pa mi je u isti tren mama došla. Otišli smo u auto pa sam i zaplaka, a onda je mama vikala na tatu zato što je on otiša bez mene.

Ovaj proces dodatno usložnjava činjenica što dijete u trenucima odvajanja iz poznate i sigurne sredine u pravilu ima osjećaj kako mu prijeti realna opasnost i kako može biti ozbiljno ugroženo ili čak uništeno. Povezanost između predodžbi odvajanja i uništenja je iznimno kompleksna jer dijete najčešće ima dojam kako ga biće koje je u stanju proizročiti odvajanje iz sigurne i zaštićene sredine može ozlijediti i uništiti (lopovi, nepoznate osobe, duhovi, spodobе, životinje...). Ova poveznica potječe iz osjećaja krhkosti i bespomoćnosti vlastitog

bića koja se najzornije uočava u strahu od mraka. Mrak je opasno i razorno područje u kojem se događaju mnoge strašne stvari kojih se dijete izuzetno boji. Strah od mraka ima posebno mjesto u svijetu djetetovih strahova, jer skoro sva bića strave i užasa imaju neke veze s tamom i mrakom (14). Različite spodobе kojima je ispunjen mrak poprilično ožive u dječjoj mašti u situacijama odvajanja i odsustva roditelja i drugih poznatih osoba.

Jona (4 god.): Ja se bojim jako mraka kad ostanem sam po noći. Kad mi ugase svjetlo pa ništa ne vidim. Sanjam duhove. Oni su bijeli i crni i rade nešto ružno. Divljaju po mraku, a ja ih ne vidim. Onda plačem, a mama me ne čuje pa odem kod nje. Veliki ljudi se ničega ne boje, a djeca se samo boje mraka.

Lucija (6,4): Zmija je najotrovnija pa se nje bojim najviše, vuka se bojim jer grize. U Vodnjanu je mog prijatelja Alena ugriza vuk kad je bija s tatom u šumi. Bojim se hodati u mraku jer su tamo lopovi koji me mogu ukrasti od moje mame.

Najčešći strahovi kod djece

U prvim godinama života roditelji primarno uočavaju djetetove strahove i bojazni kroz njegovo ponašanje, kako djetetov govor nije dobro razvijen ono nema mogućnost kvalitetne verbalizacije vlastitih doživljaja. Nakon treće godine kada govor dosegne primjerenu razinu, verbalizacija strahova postaje moguća tako da dijete sada može govoriti o konkretnim osobama, stvarima, situacijama i pojavama kojih se boji, o onima iz

Tablica 1.
Sadržaj najčešćih dječjih strahova, prema dobi djeteta

Dob djeteta	Sadržaj straha
Prvi mjeseci života	- Potpuno uništenje (dezintegracija) - Iznenadni i jaki signali (glas, zvuk, svjetlo...)
Druga polovica prve godine	- Nepoznate osobe - Strah od odvajanja
Druga godina	- Strah od odvajanja - Životinje (zmija, pas, buba...) - Strah od vode - Gubitak ljubavi bliske osobe
Treća godina	- Životinje - Mrak - Samoća - Različite maske - Nakaze - Nepoznati ljudi - Stari ljudi
Četvrta godina	- Životinje - Mrak - Samoća - Imaginarna bića (vještice, duhovi, divovi, zmajevi, vampiri...)
Peta godina	- Životinje - Provalnici - Imaginarna bića (vještice, duhovi, divovi, zmajevi, vampiri...) - Povrede - Padovi
Šesta godina	- Životinje - Strah da je netko opasan, skriven ispod kreveta - Strah od gubitka u nepoznatom prostoru - Strah od smrti roditelja i drugih bliskih osoba - Strah od krvi
Sedma godina	- Špijuni - Lopovi - Pitanja odgovornosti: da ga ne vole, da nije naučio, da kasni u školu

stvarnog života, kao i o onima iz svijeta imaginacije (12, 15, 16). Većina strahova koje zapažamo kod djece fazno je specifična, razvojno primjerena i sastavni dio normalnog emocionalnog sazrijevanja (17). Razvojni djetetovi strahovi karakteristični su za pojedine životne faze, pojavljuju se na pojedinom stupnju razvoja, traju neko vrijeme i spontano se povlače, a povezani su s brigama i problemima koje dijete doživljava u određenim razdobljima, kao i s njegovim kognitivnim dostignućem (2, 18).

Dječji strahovi najčešće nestaju do puberteta. Nakon osme godine počinju slabiti, postaju relativno nevažni i postupno se gube. Međutim, potrebno je istaći činjenicu kako dječji strahovi imaju vlastiti razvojni put. Strahovi nastaju, razvijaju se i dosežu kulminaciju u određenoj razvojnoj fazi, a nakon toga postupno blijede, smanjuju se i na kraju transformiraju u neki novi oblik u sljedećem razdoblju. Oni imaju veliku razvojnu i pedagošku važnost. Tendencija koja ide za tim da ukloni strahove iz djetetova života nije poželjna, jer ovladavanje strahovima jedne razvojne faze djetetu značajno pomaže u suočavanju s teškoćama, strahovima i novim razvojnim zadacima vezanim uz narednu fazu razvoja. Ako djetetu ne dozvolimo da osjeti strah, uskratit ćemo mu priliku i mogućnost da razvije obrambeni sustav, da prepozna je stvarnu opasnost i da se u konačnici razvije kao osoba. Suočavanje sa strahovima i njihovo svladavanje povoljno djeluje na razvojni proces, pomaže djetetu u osamostaljivanju i osposobljava ga za nove životne izazove (15).

Uklanjanje dječjih strahova

Iako su strahovi uobičajeni i sastavni dio razvoja svakog ljudskog bića, u nekim slučajevima mogu postati intenzivni i dugotrajni tako da ometaju djetetovo svakodnevno funkcioniranje. Dijete postaje pretjerano zabrinuto, a izlaganje zastrašujućim podražajima ili pak anticipacija tih podražaja, izaziva uznemirenost i izbjegavanje (19). Treba razlikovati "razvojne strahove" koji su dio djetetovog razvojnog puta od "neurotskih" strahova koji se vezuju uz visoko stresne i traumatske događaje. U razlikovanju

normalnih od patoloških oblika strahova i anksioznosti najčešće se koristi pet osnovnih kriterija:

- situacijska primjerenost;
- intenzitet simptoma;
- trajanje simptoma;
- stupanj u kojem simptomi ometaju svakodnevno funkcioniranje;
- razvojna primjerenost straha ili anksioznosti (4).

Razvojni strahovi uglavnom prolaze sami od sebe i za njihovo uklanjanje obično nije potrebna pomoć stručnjaka već je dovoljno podržavajuće okruženje i emocionalna stabilnost obitelji (20). Anksiozni poremećaji se dijagnosticiraju u onim slučajevima kada simptomima anksioznosti nisu primjereni dobi djeteta, kada postanu toliko intenzivni da uzrokuju značajnu uznemirenost i zabrinutost, te kada ometaju djetetovo svakodnevno funkcioniranje. Fobije se dijagnosticiraju kada specifične strahove prate izbjegavajuća ponašanja i kada ti strahovi rezultiraju funkcionalnim ili socijalnim teškoćama (4).

Većinu dječjih strahova, dijete vremenom "preraste", a samo neki od njih nadilaze njegove obrambene sposobnosti. U tim slučajevima, neophodno je potražiti odgovarajuću stručnu pomoć. U literaturi se navode različiti terapijski pristupi koji se koriste u tretmanu dječjih strahova i fobija. Bihevioralno-kognitivne intervencije spadaju u red najčešće zastupljenih terapijskih postupaka. One pretpostavljaju četiri osnovne tehnike: sustavna desenzitizacija, produženo izlaganje, učenje po modelu i kognitivne strategije samopomoći. "Sustavna desenzitizacija" uključuje zamjenu reakcije anksioznosti s reakcijom relaksacije.

Terapeut dijeli anksiozne situacije na one koje izazivaju veću i manju anksioznost te uvodi relaksirajuće vježbe nakon svakog stupnja. Kad god je moguće ova tehnika se primjenjuje uz prisustvo zastrašujućeg objekta ili ugrožavajućih okolnosti (strah od psa ili strah od mraka). "Produženo izlaganje" polazi od načela "preplavlivanja" i izlaganja djeteta

punom intenzitetu uznemirujućeg podražaja tijekom duljeg vremenskog perioda. Kod tehnike "učenja po modelu" dijete gleda model koji je u kontaktu sa zastrašujućim objektom ili podražajem. Nakon promatranja, omogućava se postupno približavanje djeteta potencijalno opasnom objektu ili podražaju, što u konačnici rezultira većom učinkovitošću tehnike. "Kognitivne tehnike samopomoći" promoviraju značaj samo-izjava i vlastitih sposobnosti u procesu redukcije patogenog utjecaja straha i fobija. Izjave u kojima se naglašava vlastita sposobnost (npr. "Ja sam hrabar, Ja to mogu") imaju bolju učinkovitost od izjava u kojima se negira zastrašujuća situacija ili podražaj ("Baš mi se sviđa igrati se s psom") (22-24).

Prema psihoanalitičkoj teoriji, fobija najčešće skriva i nagovještava druge poremećaje koje treba najprije uočiti, a zatim otkloniti. Ona istovremeno označava djetetove bojazni i strahove, ali i skrivene želje. Prema toj teoriji, simptom predstavlja manifestni znak unutarnjeg konflikta koji ne mora uvijek biti znakom "bolesti". U slučajevima kada strah ometa svakodnevno funkcioniranje djeteta, a time i izaziva osobitu zabrinutost roditelja, simptom ima značenje bolesti.

Mnogi terapeuti koriste igru kao simbolično izražajno ili terapijsko sredstvo. Psihoanalitički orijentirani terapeuti igru promatraju kao medij za oslobađanje strahova, te poništavanje njihovog razornog učinka na dijete. U terapijskoj igri, dijete je u fazi regresije, poistovjećuje se s objektom straha ili životinjom koja ga plaši. Smanjenje negativnih utjecaja strahova u značajnoj je mjeri povezano s aktivnim sudjelovanjem djeteta u samoj igri, u kojoj ono ima potrebu "izživiti situaciju".

U terapijskom radu s djetetom predškolske dobi osobito je važno razgovarati o strahu, pričati priče koje govore o strahu, crtati strah. Tada strah postaje nešto konkretno, nešto što je uočljivo i izvan samog djeteta. Na taj način, ono čega se dijete najviše boji postaje vidljivo, manje zastrašujuće i lakše podnošljivo. Crtanje čudovišta djetetu može pomoći izraziti strah i naučiti ga kako razlikovati fantaziju od realiteta. Pored toga, u psihote-

rijskom procesu je iznimno korisna i upotreba lutke - u igri scenskom lutkom dijete ima kontrolu nad "zastrašujućom" situacijom, npr. medo dobiva injekciju prije operacijskog zahvata (25-27). Permanentno jačanje privrženosti, razvoj osjećaja sigurnosti i sadržavanje njegovih strahova (contain) uvelike pridonose smirivanju i postupnoj emocionalnoj stabilizaciji djeteta. Sve to u konačnici rezultira značajnim poticanjem procesa individuacije, te osnaživanjem djetetovog razvoja i kvalitetnom integracijom njegove osobnosti.

Autori izjavljuju da nisu bili u sukobu interesa.
Authors declare no conflict of interest.

LITERATURA

1. Petz B. Psiholojski rječnik. Jastrebarsko: Naklada Slap; 2005.
2. Gullone E. The development of normal fear: a century of research. *Clinical Psychology Review* 2000; 24: 429-51.
3. Kaplan HI, Sadock BJ. Priručnik kliničke psihijatrije. Jastrebarsko: Naklada Slap; 1998.
4. Vulić-Prtorić A. Strahovi u djetinjstvu i adolescenciji. *Suvremena psihologija* 2002; 5: 271-93.
5. Vasta R, Haith MM, Miller SA. Dječja psihologija: Moderna znanost. Jastrebarsko: Naklada Slap; 1998.
6. Zlotovic M. Strahovi kod dece. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva; 1974.

7. Nikolić S, Klain E, Vidović V. Osnove medicinske psihologije. Zagreb: Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu; 1990.
8. Mahler MS. Symbiosis and Individuation - The Psychological Birth of Human Infant. *Psychoanalytic Study of the Child* 1974; 29: 89-106.
9. Pernar M, Frančišković T. Psihološki razvoj čovjeka. Rijeka: Medicinski fakultet Sveučilišta u Rijeci; 2008.
10. Bamburač J, Budanko Z, Jukić V. Strah - psihijatrijska perspektiva. *Obnovljeni život* 1989; 44: 250-65.
11. Winnicott DW. Dijete, obitelj i vanjski svijet. Zagreb: Naprijed; 1980.
12. Nikolić S. Svijet dječje psihe. Zagreb: Prosvjeta; 1990.
13. Lieberman AF, Van Horn P. Psychotherapy with infants and young children: Repairing the effects of stress and trauma on early attachment. New York: The Guilford Press; 2008.
14. Muris P, Merckelbach H, Gadet B, Moulart V. Fears, worries and scary dreams in 4 to 12 year-old children: Their Content, Developmental Pattern, and Origins. *Journal of Clinical Child Psychology* 2000; 29: 43-52.
15. Bačan M. Dječji strahovi: Što trebamo znati; Vidjeti na www.poliklinika-djeca.hr/.../djecji-strahovi-sto-trebamo-znati/ 2013.
16. Kayyal MH, Widen SC. Monsters and Growling Dogs: A Dual-Source Theory of the Child's Concept of Fear. *Psychological Topics* 2013; 22: 367-82.
17. Muris P, Merckelbach H. How serious are common childhood fears? The parent's point of view. *Behaviour Research and Therapy* 2000; 38: 813-8.

18. Roe D. Everyday learning about fears and anxieties. Canberra: Early Childhood Australia; 2006.
19. Ollendick TH, Ollendick DG. General worry and anxiety in children. *Psychotherapy in Practice* 1997; 3: 89-102.
20. Mikas D, Roudi B. Poticanje razvoja socijalne kompetencije u dječjem vrtiću. *Zbornik radova 17. Dana predškolskog odgoja Splitsko-dalmatinske županije* 2011; 23-32.
21. Američka psihijatrijska udruga Dijagnostički i statistički priručnik za duševne poremećaje (DSM IV), četvrto izdanje, međunarodna verzija. Jastrebarsko: Naklada Slap; 1996.
22. Wenar C. Psihopatologija i psihijatrija: od djetinjstva do adolescencije. Jastrebarsko: Naklada Slap; 2003.
23. Minde K, Roy J, Bezonsky R, Hashemi A. The Effectiveness of CBT in 3-7 Year Old Anxious Children: Preliminary Data. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry* 2010; 19: 109-15.
24. Knell SM. Cognitive-behavioral play therapy. *Journal of Clinical Child Psychology* 1998; 27: 28-33.
25. Bastašić Z. Lutka ima i srce i pamet. Zagreb: Školska knjiga; 1988.
26. Bastašić Z. Scenska lutka u psihoterapiji. *Etnološka istraživanja* 2014; 18 (19): 19-34.
27. Landreth GR. Play Therapy: The Art of Relationship. New York, NY: Taylor & Francis Group; 2012.

Summary

PRESCHOOL CHILDREN FEARS

D. Mikas, Ž. Pavlović, M. Rizvan

Fear is a primary emotion coinciding with certain threatening situations. It represents innate defense mechanism used for protection against various potential dangerous situations. The first fears in babies occur between the age of 6 and 8 months when a child reacts to an unfamiliar person. During the first few years of child's life parents may notice child's fears and anxieties primarily through their behavior, due to the lack of verbal communication. As the child's speech develops, he or she is able to name the persons, situations or phenomena that frighten them. It is essential to differ developmental fears from the neurotic ones. Developmental fears are physiological, associated with certain developmental stages and the child usually grows out of them spontaneously. They are in function of child's maturing and gaining independence. The most common fears during preschool years are separation fears, fear of annihilation, mutilation, animals, darkness, fear of imaginary creatures, unfamiliar persons etc. Neurotic fears mostly result from a child's inability to overcome developmental fears, which is usually a consequence of certain developmental difficulties or insufficient parental support. It is extremely important to talk about child's fears with a lot of consideration and understanding. They need help expressing their fear by engaging in play, art work or listening to a story. We have to encourage them to face their fears in order to deal with them and overcome them. If an opportunity to experience fear is denied, the child is also deprived of a chance to develop capability to deal with it as well as an opportunity for personal development and emotional maturing.

Descriptors: CHILDHOOD FEARS, ANXIETY, DEVELOPMENTAL FEAR, NEUROTIC FEAR, SEPARATION, PRESCHOOL CHILD, PARENT, PRESCHOOL TEACHER

Primljeno/Received: 15. 3. 2015.

Prihvaćeno/Accepted: 25. 3. 2015.