

# Vývojová psychologie

---

4. seminář

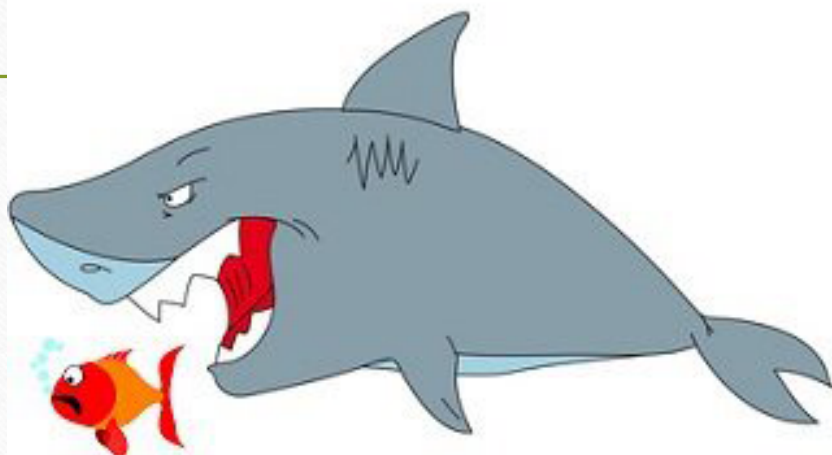
# Osnova

---

- Sociálně emoční učení (sociálně emocionální učení, SEL)
- Strach, úzkost



## STRACH



**Stresová reakce na  
bezprostřední nebezpečí.**

## Úzkost



**Stresová reakce pouze na tvé  
myšlenky.**

Přeloženo z [www.gostrengths.com](http://www.gostrengths.com)

# Zásady práce se strachem u dětí

---

- Nedělat si srandu z jeho strachu
- Nepodceňovat a nebagatelizovat strach (Nebud' směšný)
- Nepodporovat jejich vyhýbání
- Naučit je hodnotit míru strachu
- Učit děti techniky na zvládnání strachu



# Práce se strachem

---

- <https://www.youtube.com/watch?v=oT8D8O5Vh1Y>



# Externalizace úzkosti

---

- <https://www.youtube.com/watch?v=jEkFp0Ux4OQ>





# Patologická úzkost

- Nadměrná, přetrvávající, interferuje s běžným fungováním dítěte a brzdí jeho další vývoj
- Nadměrná reakce na stres obecně
- Může se manifestovat poruchami jídla, spánku, neurotickými návyky (cucání palce, okusování nehtů, trhání vlasů, nadměrná masturbace)
- Neurotické aktivity slouží dítěti k uvolnění tenze, většinou jsou však sankcionovány, což zpětně hladinu tenze ještě zvyšuje

# Separáční úzkost, strach z cizích lidí

---

- Ke konci 3. roku života by měl ustupovat
- Mírné formy strachu z cizího a neznámého spolu se zájmem o nové trvají celý život





# Separáční úzkost a školní fobie

---

- Prav školní fobie- dt se boj zcela specificky některých situaci konfliktů ve škole, např. svého vlastního selhání, uitel nebo kontaktů s druhými dětmi, ale dobře sn všechny ostatn separace



# Strach ze školy podmíněn separační úzkostí

---

- Děti obvykle tiché, inhibované, ve škole podávají dobré výkony, ale přesto trpí neustálým strachem ze selhání, bývají až perfekcionistické
- Různé somatické příznaky
- Pokud se rodiče příliš zaměří na somatické obtíže dítěte a dítě zůstává častěji ze školy doma, pak úzkost ještě sílí a u dítěte je současně posilována tendence k somatizaci

# Pojem smrt

---

- 8.-10. rok dítěte plné pochopení pojmu smrti s její univerzalitou a nezvratností



# Biblioterapie u dětí (knihy do školní výuky)

---

- <https://www.databazeknih.cz/seznamy/biblioterapie-pro-deti-19026>
- <https://www.knihkm.cz/sluzby/biblioterapie/databaze-knih/biblioterapeuticka-literatura-pro-detske-ctenare.html>
- Torey Hayden

Idea: Každý zpracuje 1 knihu a udělá z ní powerpointovou prezentaci o 3 slidech, kde nastíní proč zrovna tuhle knížku používat/nepoužívat + 3 věci, které Vás v ní zaujaly