**Жители Воронежа, Мурманска и Смоленска поговорили о природе и разновидностях фобий**

**Телемост, посвящённый фобиям, соединил 24 ноября Информационные центры по атомной энергии (ИЦАЭ) Воронежа, Мурманска и Смоленска. Эксперты из трёх городов – психолог, энтомолог и фольклорист – поговорили о природе страхов, распространённых и редких фобиях, а также о том, какое отражение эта тема находит в народном творчестве.**

Перед началом ток-шоу гостей ИЦАЭ Смоленска ждало pre-party «Прививка против страха», организованное совместно со «Смоленским зоопарком». Все желающие могли проверить себя на прочность и подержать в руках различных насекомых, например, палочников или мадагаскарских шипящих тараканов.

Телемост начался с выступления педагога-психолога Психолого-педагогического института Мурманского арктического государственного университета Маргариты Богуславской, которая вместе с гостями постаралась разобраться в том, что такое страх и откуда он берётся, а также рассказала о способах борьбы со своими фобиями.

«Стоит сразу же развести такие понятия, как фобия и страх. Страх – это нормальное чувство, заложенное в нас генетически, позволяющее нам избегать опасностей. А фобия – это иррациональный чрезмерный страх, приобретённый в течение жизни. Есть фобии специфические, среди которых кинофобия, фобии, связанные с животными или боязнью каких-либо объектов. Следующий вид фобий – агорафобии, боязнь открытого пространства. И третий вид фобий – это социальные фобии, к которым относится, например, страх публичных выступлений», – отмечает эксперт.

После выступления Маргариты зрителям телемоста предложили сыграть в игру, в которой они должны были угадать фобию по названию: «чиклефобию» – страх жевательной резинки, «сидерофобию» – страх звёздного неба и «эфебифобию» – патологическая боязнь подростков. В процессе зрители предлагали самые невероятные варианты, среди которых «боязнь фамилии Сидоров», «боязнь боязни», «боязнь эфиопов» и «боязнь чихать».

Затем руководитель фольклорного ансамбля Воронежского государственного университета «Терем», доцент кафедры этномузыкологии Воронежского государственного института искусств Галина Христова рассказала о том, как связаны страхи и фольклор, какие фобии чаще всего встречаются в народном творчестве и как преодолеваются героями.

«Мифологический тип мышления, присущий древнему человеку, проявлялся в особом, ненаучном способе познания мира. Всё непонятное объяснялось проявлением действия «высших сил», чаще всего – обитателей «того света». Самые большие страхи древнего человека вызывали разнообразные «вредоносные» духи (леший, кикимора, русалка, домовой) и люди, наделённые демоническими чертами (например, ведьмы и колдуны). Для защиты от враждебных человеку явлений существовали строгие запреты, предписания и магические средства – обереги, предохранявшие человека и его мир от потенциальной опасности», – рассказала Галина Христова.

После выступления филолога зрители сыграли в очередную интерактивную игру. Самые смелые представители трёх городов с завязанными глазами должны были на ощупь понять, что лежит на столе. Мармеладные червячки в Мурманске, кокос и киви в Воронеже и меховая шапка в Смоленске заставили участников поволноваться. Несмотря на это, активность подняла настроение не только конкурсантам, но и всем зрителям телемоста.

В завершение вечера старший научный сотрудник Национального парка «Смоленское Поозерье» Олег Семионенков рассказал собравшимся о боязни пауков или арахнофобии, о том, в чём кроется причина неприязни к паукам и природе её возникновения.

«Арахнофобия – это боязнь не только живых пауков, но и тех, что изображены на картинке. Наиболее эффективной в лечении арахнофобии считается поведенческая терапия. Суть её заключается в том, что арахнофоба с его согласия приближают и впоследствии сталкивают напрямую с причиной боязни – пауком», – подчеркнул спикер.

В рамках проекта «ИЦАЭ OPEN» каждую неделю в 18 городах присутствия Информационные центры по атомной энергии становятся открытыми площадками, на которых любители интеллектуального досуга могут пообщаться с учёными, сыграть в интеллектуальные и настольные игры, стать зрителями научно-популярных ток-шоу и участниками мастер-классов.







