

О ДЕТСКИХ СТРАХАХ

- Что делать с дочерью? Она нас извела. Хотя не балуем и держим в строгости. Как наступит ночь, – сама не спит и нам всем нет покоя. То свет зажги, то дверь открой, то посиди с ней рядом. Мы её шлепали и в угол ставили – пустое дело.

Действительно, пустое.... За что наказывать ребенка, когда малыш не виноват. Скорее здесь вина его родителей. Ребенка держат в строгости тогда, когда у всех детей огромная потребность в повышенном эмоциональном контакте и любви.

Но вот другая мама и жалуется тоже, хотя у этой мамы контакт как будто бы налажен идеально. Привязанности их друг к другу можно позавидовать. Опека сына иногда даже граничит с безрассудством. Ребенок обожает до предела. А жалобы аналогичны: боится темноты, как ночь, так сон – проблема. Все время вскакивает, что-то мерещится ему...

И снова в этом лишь вина родителей в излишней опеке.

Однако, прежде чем винить родителей, разберемся. Нормально это или ненормально, когда малыш испытывает страх. Страх рано или поздно испытывают все. Причиной страха чаще всего бывает или присутствие чего-то угрожающего или отсутствие того, что может обеспечить безопасность. Для ребенка обычно обеспечивает безопасность мать.

Уже в 7 месяцев впервые у ребенка, когда внезапно вдруг уходит мать, фиксируется страх. В 3 года дети уже по-настоящему боятся. И все, что тревожило ребенка днем, находит отклик в его сновидениях. И знакомые ему сказки ночью оживают. Когда ребенку часто снится Бармалей, то вероятнее всего, отец не любит малыша, жестоко обращается с ним. Когда во сне приходит вдруг баба Яга, – то это отблеск конфликта с матерью.

Страх перед сказочными персонажами ведет к боязни замкнутого пространства. Задумайтесь об этом мироощущении ребенка. И никогда, ни в коем случае, ни под каким предлогом, не запирайте его, наказывая, одного в каком-то помещении, особенно, когда в нем тесно и темно.

В три года все «маленькие» страхи вдруг затмевают глобальный страх темноты. Отсюда и настойчивые просьбы о том, чтобы ночью не выключали свет, чтоб вы его взяли к себе в кровать или отказ на ваше «немедленно иди спать». И если не придать этому значения, то сами узнаете, что такое бессонница, так как именно в такие периоды дети вскакивают с кровати, пугаясь ужасов и кошмаров.

Обычно страхи усиливаются, когда родители, не учитывая особенности ребенка, перегружают его фантазию чтением книг и показом «страшных» фильмов для данного возраста. И сколько бы потом не доказывали и ни разъясняли, что волк не съел Красную Шапочку, что это сказка, и волк сказочный, малыш не сможет понять все доводы, так как в его воображении все это - правда, на самом деле. И чтение одной из самых лучших сказок может послужить толчком для страхов и невроза.

Детские страхи – явление распространенные, и они могут быть по любому поводу. Особенно долго эти страхи держатся после причинения ребенку боли, чаще всего при проведении лечебных процедур. Иногда боль причиняется родителями умышленно, как воспитательное мероприятие. Однако, еще ни одно физическое наказание не приводило к желаемому результату. Зато оно порождает страх и разрушает ростки доверия между родителями и ребенком.

Еще одна причина страха – появление новорожденного в семье. И этот страх связан со страхом утраты положения единственного ребенка в семье.

Излишняя опека наша и забота о детях непроизвольно тоже могут стать источником их страхов: «Оденься потеплее, простудишься», «Не подходи к собаке, укусит», «Не бегай на дороге, там машины, задавят» и так весь день, сами того не осознавая, внушаем страх ребенку. Ведь если этого боится мама, то, очевидно, это и вправду страшно.

Ещё сложнее обстоит дело, когда мы специально пугаем непослушного ребенка, используя такой маневр, как метод воспитания. «Не будешь кушать, отведу тебя в больницу», «Не будешь слушаться, отдам тебя милиционеру». Как правило, вначале эти банальные фразы дают желаемый эффект. Однако

часто у впечатлительных детей внушенный страх может выйти из-под контроля взрослых.

В 3 года действенным толчком развития всей гаммы страхов, как правило, бывает поступление в детский сад. В 4 и в 5 лет ребенка настигает возрастной страх одиночества. В 6-7 лет достигает апогея страх смерти. Ребенок начинает осознавать, что смерть – естественное завершение всей жизни, и рано или поздно это все-таки произойдет. Чуть позже страха собственной смерти, появляется страх смерти родителей. Ребенок более реально начинает смотреть на жизнь и понимать, что взрослым осталось меньше жить. Как обойдется он без мамы и папы? И эта мысль мучает его.

Теперь он дорожит родителями и всеми способами пытается угодить им, но их любовь не всякий раз бывает удовлетворена. И вот, теряя веру в себя, ребенок начинает бояться стать не тем, кем должен быть.

Довольно часто, не придавая этому никакого значения, родители внушают детям страхи своими на ходу придуманными угрозами и оскорблениями. И дошкольник верит, что все угрозы их родителей способны реализоваться. А это снова повод для страха.

И эти страхи можно перечислять бесконечно: испуг, травмирующее обстоятельство, экстремальная ситуация... Даже высокая степень тревожности у матери и её страхи в детстве способны передаваться малышу.

Но страх не только зло. Он как предупреждающий сигнал. Для здорового нормально развивающегося малыша страх и испуг – нормальная реакция познания окружающего мира.

Когда же вы видите, что ваш малыш бесстрашен и даже возрастные страхи ему не свойственны, проверьте, нет ли у ребенка задержки психического развития.

Когда вы видите, что страхи интенсивны и постоянно нарастают, влияя на характер и поведение ребенка, необходимо обратиться к специалисту.