

Детские страхи

Страхи у детей любого возраста, а особенно дошкольников, требуют внимательного отношения взрослых. Страх, являясь одной из фундаментальных эмоций человека, возникает в ответ на действие угрозы. Проявление страха у детей дошкольного возраста разнообразны: например, от совершения большого количества лишних движений (суетливость) и многословности до полного оцепенения, когда ребёнок замолкает и замирает. Состояние данной проблемы усугубляется тем, что с каждым годом происходит ухудшение психического здоровья детей.

Почему именно в дошкольном возрасте отмечается большое количество страхов у детей? Связано это, прежде всего, с интенсивным развитием эмоциональной сферы у ребёнка дошкольного возраста. Как правильно реагировать взрослым на возрастающее количество страхов у детей? Как помочь ребёнку, когда он боится?

Давайте разберёмся: у каких детей возникает большое количество страхов? Можно с уверенностью утверждать, что страхов больше у эмоционально чувствительных и впечатлительных детей, а также у детей тревожных родителей, у детей, которые растут в атмосфере семейного неблагополучия (конфликты, разводы). Да и просто у тех детей, которые по тем или иным причинам недополучили от родителей уверенности в своих силах. В таком случае почва для возникновения страхов подготовлена, остаётся лишь появиться угрожающему стимулу, который и спровоцирует неадекватное поведение ребёнка.

Родителям необходимо знать о возрастной динамике страхов. Тогда им станет понятно, что страхи, как и другие психические проявления, могут отражать достижение ребёнком определённого уровня развития. Так, например, если ребёнок в семь месяцев опасается оставаться без мамы, а в восемь месяцев боится незнакомых людей, то не бороться с этим надо, а радоваться, потому что это свидетельствует об его эмоциональной привязанности к матери и способности отличать её от чужих людей. Так что родителям, напротив, стоит задуматься, если они не наблюдают у своего малыша подобного беспокойства.

Рассмотрим страхи, типичные для развития детей других возрастных категорий (то есть те страхи, которые возникают у большинства ребят в данном возрасте и являются нормальными, хотя если вы чувствуете их тенденцию повторяться, то стоит их сразу проработать игровыми методами).

От одного года до трёх лет у ребёнка может возникнуть страх неожиданных резких звуков, одиночества, потери эмоционального контакта с матерью (особенно при посещении яслей), боли, уколов и медработников. В этот период детям начинают сниться страшные сны, часто со сказочными персонажами, поэтому могут появиться страхи перед засыпанием.

В возрасте от трёх до пяти лет дети боятся темноты, одиночества и замкнутого пространства. Сказочные персонажи, пугавшие ребёнка только во сне, теперь могут заставлять его опасаться и днём.

Типичными страхами детей 5-7 лет являются страх войны, нападения, смерти родителей, животных, глубины, страшных снов, огня, пожара, страх заболеть и страх наказания.

В младшем школьном возрасте (от семи до одиннадцати лет) ведущим становится страх не соответствовать требованиям социального окружения, быть не тем, кого любят и ценят родители, учителя, сверстники. Из этого глобального страха вытекает множество маленьких „страшков“, : боязнь сделать ошибку, боязнь опоздать на урок и т.п.

Внимание, родители и педагоги! В наших руках будущее детей, поэтому думаем, прежде чем приступать к порицанию! Недавно, проходя мимо школы, невольно стала свидетелем сцены, в которой взрослый педагог в сердцах, кричал третьекласснику : „ Какой же ты бестолковый, у тебя всё валится из рук и ничего не получается!„ Интересно, какая мотивация учиться в дальнейшем будет у этого третьеклассника? Какие страхи боязни неудач разовьются в его детской душе? Такое отравляющее воздействие страхов на психику ребёнка происходит постепенно и незаметно, формируя тревожно- мнительные черты характера. Смысл этой статьи ни в обличении и упрёках, а в том, чтобы мы задумались о той ответственности, которая лежит на наших плечах, и имя ей – воспитание здоровой личности. Может быть, прочитав статью, мама, трясушая и ругающая ученика начальной школы за грязь в тетради и некрасивый почерк, поймёт, что мелкие кости кисти полностью формируются к девяти годам, а у кого-то и позже. Поэтому дети начальной школы прилагают титанические усилия, выводя буквы и цифры, и неаккуратно пишут не потому, что ленятся, а потому, что дружат пока с „товарищем Кондратием,,. Похвалите их за старание, это сейчас самое главное, а не неточно написанные буквы.

Дети от семи до одиннадцати лет начинают бояться таинственных явлений, предсказаний, суеверий. Это возраст детских страшилок и леденящих душу рассказов, которыми ребята с удовольствием пугают друг друга.

Полгода назад ко мне обратились родители девочки, которая кричала во время сна, боялась засыпать, а потом и вовсе начала бояться заходить в спальню. Оказалось, что после просмотров с мамой знаменитой передачи „Битва экстрасенсов,, , ребёнку начали мерещиться призраки. Родителям стоит оградить своих детей от подобных передач, они абсолютно не подходят для впечатлительной детской психики.

Теперь подростки с одиннадцати до шестнадцати лет. В этом возрасте страхи меняются, как и задачи развития. Подростки боятся физических изменений, происходящих с ними, боятся быть не собой, опасаются стать обезличенными, боятся потерять власть над своими чувствами. В то же время они боятся одиночества, наказания, отвержения со стороны сверстников, боятся не справиться с взятыми на себя обязательствами. Природные страхи, основанные на инстинкте самосохранения, тоже никуда не деваются. Они преобразуются в страх войны, пожара, страх заболеть. Добавьте к этому внушительному списку ещё и ранее приобретённые и не изжитые до конца страхи, и вы почувствуете, что подростковый возраст является проблемным не только для родителей, но и для ваших любимых детей. Статьи о подростках помогут вам, уважаемые родители, понять и принять своих детей такими, какие они есть, в этот непростой период их жизни. В следующей статье вы познакомитесь с профессиональным опросником страхов детей, научитесь сами определять, находится ли психика ребёнка в состоянии перенапряжения, когда уже необходима помощь специалиста.