

Кто чего боится,
То с тем и случится, -
Ничего бояться не надо.

А. Ахматова

В мире нет ни одного человека, который хотя бы раз в жизни не столкнулся со страхом. Страх, лёгкое беспокойство, неясная тревога – это такие же важные эмоции, как и радость, удивление, гнев, отчаяние, печаль. Страх – защитный механизм, предохраняющий человека от множества опасностей.

Все детские страхи относят к нормальным или патологическим. Нормальными страхами исследователи считают соответствующие определённому возрасту, не мешающие развитию ребёнка.

Нормальные страхи – это всегда реакция на реальные опасности, последствия которых ребёнок оценивает адекватно, не превышая и не умоляя последствий. Попадая в такую ситуацию, ребёнок сосредотачивается не на самом объекте, а на том, как решить проблему без последствий. Здесь страх выступает всего лишь как реакция на фактическую опасность.

Патологическими считаются страхи, затрудняющие развитие ребёнка, его общение со сверстниками, включение в жизнь социума. Они вызывают различные отклонения психики, приводят к развитию аутизма.

Патологические страхи являются причиной нервных тиков, заикания, бессонницы, агрессивности, повышенной

тревожности ребёнка. Эти страхи имеют очень сильное эмоциональное проявление, сопровождаются ребёнком длительный период, трудно поддаются коррекции. В большинстве случаев таким страхам подвержены ранимые дети (с повышенной чувствительностью) или дети, у которых нет близкого контакта с родителями, с низкой самооценкой (вследствие недостаточного внимательного отношения к ним). Недоброжелательные отношения, сложившиеся в семье, накладывают на детскую психику отпечаток, который мешает развитию личности. В результате ребёнок перестаёт доверять взрослым, он не рассчитывает на родительскую поддержку, помощь и заботу. Ощущение собственного бессилия, своей ничтожности не даёт таким детям возможности решать возникающие проблемы самим.

Условно страхи можно разделить по возрастному признаку на детские и взрослые. Каждому периоду жизни ребёнка присущ свой перечень страхов. Такие страхи называют возрастными, им подвержены почти все дети. Более выражены они у эмоциональных, особо чувствительных детей в силу особенностей их психики.

В своём развитии дети переживают несколько периодов. Возрастные страхи считаются типичными и нормальными, так как в будущем они проходят, не оставляя заметного следа и не причиняя особого вреда ребёнку. К

тому же преодоление возрастных страхов способствует развитию личности ребёнка, формирует его характер.

В детстве страхи появляются очень легко – таковы особенности психики ребёнка (повышенная физиологическая и психологическая готовность к появлению страха). Чем меньше лет ребёнку, тем легче появляются страхи, вызванные различными обстоятельствами, предметами, событиями.

В раннем детском возрасте любая новая вещь, предмет, незнакомый человек могут стать причиной появления страха. Иногда такие страхи достаются детям "по наследству" от родителей. Так происходит потому, что дети наследуют особенности психики матери и отца, темперамент, особенности конституции. К тому же родители для детей раннего возраста являются авторитетом и примером для подражания, между ними существует тесная эмоциональная связь.

С другой стороны, многие возрастные страхи появляются под воздействием внушения родителей. Такие воспитательные приёмы на некоторое время приносят желаемый эффект, но вместе с тем порождают детские страхи. Некоторые возрастные детские страхи появляются у нервных, беспокойных родителей, тревожащихся за детей. В ряде случаев

возникновению подобных отклонений способствует ограждение малыша от любого намёка на трудности и опасности, превращая его в "тепличное растение". К тем же последствиям приводит жёсткий контроль над жизнью ребёнка, лишение его возможности принимать самостоятельные решения, ошибаться и учиться на своих ошибках. Появлению возрастных страхов могут способствовать постоянные угрозы наказания, стрессовые ситуации. Неблагоприятная атмосфера в семье, ссоры и конфликты родных, происходящие на глазах у ребёнка, также провоцируют возрастные страхи.

Какие же страхи являются типично возрастными?

Дети до 1 года боятся незнакомых громких звуков, у них возникают страхи по поводу отсутствия матери, им передаётся волнение и беспокойство родителей.

В возрасте от 2 до 3 лет дети боятся боли и всего, всех, кто или что может её причинить. Этот возраст сопровождается страхами наказания, боязнью темноты и одиночества.

К 3 – 4 годам вышеописанные страхи сменяются другими, вызванными фантазией ребёнка. В этот период в жизни детей появляются многочисленные чудовища, выдуманные ими. Всевозможные монстры, живущие в кладовке, под шкафом или кроватью, притаившиеся за шторой, пугают своих собственных создателей.

В 6 – 7 лет ребёнок боится собственной смерти и смерти своих родителей, так как он начинает осознавать конечность человеческой жизни. Кроме того, в этом возрасте дети боятся грома, грозы, молнии, землетрясений, наводнений, электричества, так как всё это может привести к смерти близких им людей.

В подростковом возрасте на первое место выходят страхи, связанные с признанием в обществе, с поисками своего места в окружающем мире.

Последствия детских страхов могут быть самыми разными: развитие тревожности, появление признаков агрессии, постоянные капризы, затруднения в общении с окружающими, развитие разнообразных комплексов, неврозы. Родители должны помнить об этих серьёзных проблемах и о том, что помощь ребёнку должна прийти вовремя.

Бюджетное учреждение Омской области "Комплексный центр обслуживания населения Называевского района"

Памятка для родителей



Виды детских страхов

Адрес: 646104, Омская область,
г. Называевск,
ул. Пролетарская, 66
Факс: 8(38161) 2-16-61
Телефон: 8(38161) 2-23-63
Тираж - 100

г. Называевск
2018