

Почему нельзя пугать наших деток, или Откуда берутся детские страхи и их последствия



Любой человек хотя бы раз в жизни испытывал чувство страха. Беспокойство, тревога, страх – такие же нормальные и неотъемлемые эмоциональные проявления нашей жизни, как и радость, восхищение, удивление и печаль. Подавляющее большинство страхов в той или иной степени обусловлено возрастными особенностями и имеют временный характер. Детские страхи, если к ним правильно относиться и понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Однако если страхи сохраняются на длительное время, это может служить признаком психического неблагополучия ребенка, что говорит о неправильном поведении родителей или о наличии конфликтных отношений в семье.

Чего боятся дети?

Детские страхи разнообразны. Для того, чтобы ребёнок начал испытывать страх, нужен сильный толчок, повод. Обычно это бывают ссоры родителей, страшные фильмы или мультфильмы, странные предметы, громкие звуки, а иногда и опрометчивые фразы взрослых. Знаменитые истории про Бабайку. Бабу Ягу стали причиной самых разных страхов у многих детей.

Типичные страхи детей разного возраста:

Существуют возрастные особенности детских страхов.

От 1 года до 3 лет дети боятся неожиданных резких звуков, одиночества, боли, уколов и медработников. Иногда могут появиться страхи перед засыпанием.

От 3 до 5 лет возможен страх одиночества, темноты и замкнутого пространства. Родители часто пугают детей этого возраста Бабайкой, Серым Волком, Бородатым дядькой, Бабой Ягой и т.д. Этого делать нельзя ни в коем случае, так как ребенок воспринимает подобных персонажей как реальных существ, которые могут прийти и наказать. Такие методы только усугубляют проблемы ребенка и могут привести к серьезным психическим расстройствам.

От 5 до 7 лет часто можно наблюдать возникновение страха перед чертями или другими представителями потустороннего мира. В этом возрасте появляется самый главный, ведущий страх – страх смерти (своей и родителей).

Последствия страхов у детей:

Знакомая всем картинка: ребенок орет и скандалит, и доведенная до крайности этим нервомателем мать выдает что-то вроде: «А вот сейчас как придет милиционер /Баба Яга / Бабайка, да как заберет тебя – вот будешь знать!».

Ни в коем случае! не пугайте детей, от этого все страхи детские, плохой сон, а еще и вдобавок испуг, который может сказаться на психике ребенка через несколько лет. "Бабайки", Баба яга" и другие чудовища бывают только в сказках, в кино, но никак не по-настоящему. Лучше научить ребенка бояться незнакомых людей, чтоб они не подходили и ничего не брали. Нужно бояться не того, что придумано, а того что на самом деле есть.

Ни в коем случае нельзя пугать ребенка. Потрясение, вызванное испугом, может пагубно сказаться на его психике, он может начать заикаться, подергиваться, будет бояться темноты, громких звуков, комнаты, в которой никого нет. Если малыш капризничает, плачет, ни в коем случае не пугайте его волками, ведьмами и другими страшными персонажами, это может привести к развитию психических заболеваний.

Уважаемые родители, очень хочется донести до вас: не пугайте своих деток! Причин не поступать так – множество. В результате такого подхода уже в недалеком будущем вы замучаетесь лечить им

страхи и даже, возможно, неврозы. Мы получим человечка с кучей страхов и комплексов.

Не калечьте психику своих детей своими же руками, вернее – словами. Мир детских фантазий совсем не таков, как наш, они слабо отличают лет аж до 6-7, где реальность, где сказочная реальность и где совсем уж вымысел. Для них, особенно в возрасте до 5 лет, реальность – все, и тем более – все, что сказали родители. Конечно, они ПОВЕРЯТ в этих Бабаев, эти существа приходят в детские сны, в страхи, они «живут» в квартире.

Послушания такие страхи далеко не всегда добавляют. Наоборот, страхи привносят в поведение ребенка истерический компонент. Оно чревато – закреплением истерического поведения, зависимостью от «утешающих» подачек со стороны взрослых.

Мамы и папы, услышьте: если вы говорите ребенку, что вот придет НЕКТО и его, непослушного и такого-сякого, заберет, вы делаете что? Вы поселяете в ребенке уверенность, что есть такие силы и существа, которые могут в любой момент сделать ему плохо, больно и страшно. И ни стены, ни мама, ни папа, никто-никто на свете его не защитит – ведь эти силы всемогущи... Вдумаемся, КАКИМ можно сделать в результате мир вашего ребенка.

Нельзя пугать и реально существующими персонажами – милиционером, докторами. В дальнейшем случись что, то обратиться в милицию – это будет последнее, что придет в голову вашему ребенку, в то время как это может спасти жизнь кому-то, и ему в том числе. Каково будет лечиться потом вашему малышу, если – не дай бог – он заболит чем-то более серьезным, нежели ОРЗ? Каково вам же будет преодолевать его страхи?

Наказывать детей за страхи бессмысленно. Это только усугубит ситуацию. Ребёнок замкнется. А к его первоначальному страху прибавится ещё и страх быть наказанным. Это может послужить причиной серьёзных отклонений в психике, невроза и энуреза.

Другое дело – воспитание разумной осторожности по отношению к реально существующим опасностям (чужие машины, незнакомые взрослые, предлагающие покататься или пойти поесть конфет/погладить щеночка у них дома и все такое прочее).

Как же предупредить развитие страхов у своего ребенка?

Во-первых, если Вы сами чего-то боитесь, старайтесь не демонстрировать свой страх при малыше, чтобы не передать ему это чувство, ведь дети очень восприимчивы. Не стоит постоянно упоминать, что в мире бушуют страшные и смертельные заболевания, бок о бок находятся жестокие насильники и убийцы и пр.

Во-вторых, не следует разрешать смотреть фильмы и телепередачи (так называемые «ужастики») в целях закаливания детской психики. Таким образом вы только поселите в душевном мире ребенка ужас и панику, чувство незащитности, поскольку малыши еще не четко различают мир фантастических персонажей и реальный мир.

В-третьих, не стоит брать себе в союзники в процессе воспитания страшных героев, запугивая ребенка сердитым милиционером, дядькой с мешком, Бабой Ягой. Так Вы сами порождаете многочисленные страхи, с которыми потом будете усиленно бороться, при этом воспитательный эффект часто равен нулю (ребенок все равно не ест кашу или не заснет быстрее).

