

Консультация для родителей:
***«И страхи тоже
ступеньки детства»***

*Старший воспитатель
МБДОУ №3
Колотвина Г.А.*

*р.п. Сапожок
2016 г.*

Казалось бы, уже Вам все известно о ребенке, как вдруг опять загадки, тайны. Он — вновь непознаваем. Он — весь в себе. Как заколдованный сундучок: то сам раскроется без ключа, то даже с ключом не откроешь его, чтоб заглянуть, что там на дне еще спрятано и есть ли это дно на самом деле. Еще с утра отстаивал: свои права, свою самостоятельность, не захотел гулять, держась за руку И вдруг, увидя незнакомую собаку, пустился наутек. Теперь все время ходит за Вами следом. Никак не хочет побыть один. Он отказался послушать сказку. А сказка - самая любимая про Бармалея. Но он **не хочет** слушать именно о нем. Нарочно засунул пальчик в ушко, показывая этим, что не слышит. И даже на картинки не захотел смотреть. Стемнело, он заплакал, чтобы включили свет. Как будто бы боится темноты? А может Бармалея, а может быть, собаку? Вообще в три года может ли ребенок действительно бояться? И почему? Уж не актер ли он?

- Что делать с дочерью? Она нас извела. Хотя не балуем и держим в строгости. Четвертый годик ей, а как наступит ночь — сама не спит и нам всем нет покоя. То свет зажги, то дверь открой, то посиди с ней рядом. Мы ее 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.

Другая мама жалуется тоже, хотя у этой мамы контакт с ребенком как будто бы налажен идеально. Привязанности их друг к другу можно позавидовать. Опека сына просто иногда граничит с безрассудством. Ребенок обожаем до предела. А жалобы аналогичны: боится темноты, как ночь, так сон проблема. Все время вскакивает, что-то мерещится ему, какие то кошмары...

И снова вина родителей в излишней заботе и опеке ребенка.

Однако прежде чем винить родителей, давайте разберемся нормально это или ненормально, когда малыш испытывает страх.

Страх рано или поздно испытывают все. Причиной страде чаще всего у взрослых и детей бывает или присутствие чего-то угрожающего, или отсутствие того, что может обеспечить безопасность (для малыша обычно обеспечивает безопасность мать).

Уже в семь месяцев впервые у ребенка, когда внезапно вдруг уходит мать, фиксируется страх — предтеча будущего страха одиночества. В три года дети уже и по-настоящему боятся. Но опыт жизни их еще настолько мал, что нет материала для сравнений. И все, что днем тревожило ребенка, находит отклик в его сновидениях. Малыш во сне испытывает страх. Все неприемлемые отношения наяву мерещатся ему в ночных кошмарах. Багаж ребенка к трем годам — услышанные сказки. И эти сказки ночью оживают, не полностью, а в самых натальных вариантах. 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. Отец как Бармалей, а мать — Баба Яга. На это способно только воображение ребенка.

А так как в результате кризиса упрямства в три года у детей конфликты неизбежны, то Ваш малыш как будто в западне. Днем, выясняя отношения, он слышит постоянные запреты, угрозы, крики, нарекания родителей, а ночью эти же родители опять преследуют его, но только в виде сказочных чудовищ. Малыш

доверчив, легковверен. А если вправду отвратительная Баба Яга пришла во сне, чтобы бросить его в печку? Вдруг не успеет он проснуться и убежать? Наверно, лучше все-таки вообще не спать. И с этим связаны обычно трудности при засыпании ребенка.

Страх перед сказочными персонажами-чудовищами ведет к боязни замкнутого пространства. Появись Баба Яга не в комнате, а где-то там на просторе, в степи, ее не надо бы и бояться. Во-первых, в степи нет печки, а во-вторых, она его не поймает. Другое дело, когда есть стены... Стена мешает бежать от опасности.

Задумайтесь об этом мироощущении ребенка. И никогда, ни в *коем* случае, ни под каким предлогом не запирайте его, наказывая, одного в каком-нибудь незнакомом помещении, особенно когда в нем тесно и темно. Да, да, не только тесно, но и темно.

В три года все «малюсенькие», «маленькие» и «невеликие» вдруг затмевают почти «глобальный» страх темноты. Причем более творчески воображает и фантазирует малыш днем, чем более образно познает окружающий мир во время **игры**, тем страшнее ему одному оставаться ночью в пустой и безлюдной комнате, переполненной различными предметами и вещами. Ведь вымысел для ребенка не противоречит реальности. А если вспоминать, что и в реальном мире предметы, вещи ... и даже люди наделены чародейством и волшебством, так что же тогда происходит с ними ночью, в таинственной и загадочной темноте, со всеми ее шорохами и звуками... **Скорее всего**, она населена домовыми, а может быть, даже и колдунами. А если колдун злой?

Отсюда и бесконечные просьбы о том, чтобы ночью не выключали в квартире свет, чтобы Вы его взяли к себе в кровать или так часто раздражающие родителей отказы «упрямцев» на Ваше «немедленно иди спать», и если Вы не придадите этому никакого 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 и воображение чтением книг или показом «страшных» кинофильмов для данного возраста. И сколько бы Вы потом ни доказывали и ни разъясняли ему, что волк не съел Красную Шапочку, она жива, что это сказка, и волк сказочный, и девочка сказочная, малыш не сможет понять все доводы, так как в его воображение все это — правда, на самом деле. И чтение одной из самых лучших детских сказок невольно может послужить толчком для страхов и невроза.

Когда-то раньше, в программе «Спокойной ночи, малыши», моя трехлетняя дочурка увидела мультфильм, уже не помнится название, но главным героем в нем был какой-то ужасно страшный, злой, всех ненавидящий, всех нелюбящий водяной змей. Его «змеиные» поступки настолько повлияли на ребенка, что о «спокойной ночи» в эту ночь нельзя нам было уже всем и думать. Потом вдруг оказалось, что надолго для семьи исчезли не только «спокойные ночи», но и «спокойные дни». Малышке постоянно мерещился змей. Пришлось время прекратить чтение сказок и просмотр мультфильм Все, кажется, обошлось, но даже пойдя в школу, во время просмотра кинофильмов она непроизвольно закрывала глаза ожиданий чего-то страшного и некрасивого, ей не захоти видеть злые поступки.

Детские страхи — явление распространенное, и они могут быть по любому поводу. Особенно длительно эти страхи держатся после причинения ребенку боли, чаще всего при проведении лечебных или диагностических процедур. Дети боятся анализа крови, уколов. Я знала одну трехлетнюю девочку которая так была напугана лечением у стоматолога, что на протяжении всего дошкольного возраста во время стычек и ссор желала обидчику: «Надо, чтоб полечили тебя бормашиной».

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 у малыша — появление новорожденного в семье. И этот страх связан со страхом утраты своего бывшего особенного положения единственного ребенка-первенца.

Излишняя наша опека и забота о детях непроизвольно тоже могут стать источником их страхов. «Оденься потеплее, простудишься», «Не подходи к собаке, укусит», «Не бегай на машины, они задавят» и так весь день мы, сами того не сознавая, «мимозим» и внушаем страх ребенку. Ведь если этого боится мама, о чем не трудно догадаться даже по интонации ее запрета, то, очевидно, это и вправду страшно. И вот уже запуганный ребенок готов одеться потеплее, хотя на улице жара, и испугается погладить даже собственного ласкового щенка.

Еще сложнее обстоит дело, когда мы сами специально пугаем непослушного ребенка, используя такой маневр как метод воспитания: «Не будешь кушать, поведу тебя в больницу, там доктор сделает укол», «Не будешь слушаться, отдам милиционеру, он заберет тебя».

Как правило, вначале эти банальные для взрослых фразы дают желаемый эффект. Однако часто у впечатлительных детей внушенный страх к милиционеру, врачу, собаке и т. д. способен выйти из-под контроля взрослых, и тогда малыш пугается всего и всех, кто хоть в какой-то мере похож на этого милиционера, на этого врача...

Вы сами выпустили джинна из бутылки. И не загнать его назад. Теперь попробуй покажи ребенка доктору, когда он заболел, попробуй сделать ему хоть один укол, попробуй в гости пригласить милиционера... И объяснение родителей, что доктор добрый, а дядя-милиционер — знакомый, уже не помогает.

В три года действенным толчком развития всей гаммы страхов у ребенка, как правило, бывает поступление его впервые в детский сад. Поэтому готовить к саду необходимо заблаговременно.

Малыш растет, меняется палитра страхов. Используется весь багаж пережитого. Уже в четыре года, а иногда и в пять ребенка настигает возрастной страх одиночества. Происхождение его нетрудно объяснить. Ведь дети в этом возрасте чувствительны все до предела к поддержке и к защите взрослых и тянутся к родителям и близким всеми фибрами своей души.

В шесть-семь лет достигает апогея страх смерти. **Ребенок** начинает вдруг осознавать, что смерть — естественное завершение всей жизни и рано или поздно это все-таки произойдет.

Страх смерти — проявление инстинкта самосохранения. Ребенок тщательно скрывает этот страх. Однако о нем можно догадаться, когда дошкольник постоянно видит в своих снах пожары, бедствия, болезни, т. е. все то, что

угрожает его жизни и здоровью. Особенно боятся дети в этом возрасте укусов змей и операций, всего того, что может привести к смертельному исходу. Зато почти проходят страхи перед сказочными персонажами-чудовищами. Как может быть Кощей бессмертным, когда бессмертных не бывает? Чуть позже, после страха собственной смерти, появляется страх смерти своих родителей. Ребенок более реально начинает смотреть на жизнь и понимать, что взрослым осталось меньше жить. Как обойдется он без мамы и без папы? И эта мысль мучает его.

Теперь он очень дорожит родителями и всеми способами пытается угодить им, но их «оценочная» любовь не всякий раз бывает удовлетворена, и вот, уже теряя веру в себя, ребенок начинает бояться стать «не тем», кем должен быть. Довольно часто, не придавая этому никакого значения, родители внушают страхи детям своими на ходу придуманными угрозами и оскорблениями, как стрелы ранящими самолюбие ребенка. Но если в раннем возрасте словесный метод убеждения безрезультатен, то на дошкольника он действует по-иному наиболее эмоционально-чувствительные дети верят, что угрозы их родителей способны реализоваться. А это — снова повод для страха. И эти поводы можно перечислять без конца: испуг, травмирующее обстоятельство, экстремальная ситуация... Как **правило**, причины страхов понятны взрослым. Но иногда пережитое ребенком событие незаметно для них, и страх им кажется беспричинным. Однако даже высокий уровень тревожности у матери и страхи ее в детстве способны передаваться малышу. И предпосылка этого не генетическая обусловленность общая эмоциональная чувствительность у матери и ребенка.

Пожалуй, страх является опаснейшей из всех эмоций. Но он не только зло. Он — рождающий сигнал. А если вовремя предупредить, вовремя и изменить... Поэтому приглядывайтесь и изменяйте... при этом помня, что для здорового, нормально развивающегося малыша испуг и страх — естественные реакции познания окружающего мира, когда они эпизодичны и полностью не подчиняют воображение ребенка.

Когда Вы видите, что Ваш малыш бесстрашен и даже возрастные страхи не свойственны ему, 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.