

ДЕТСКИЕ СТРАХИ

В возрасте 5-8 лет у детей наблюдается максимум страхов, но все они так или иначе связанные со страхом смерти. Это страхи нападения, заболевания, темноты, сказочных персонажей, животных, стихии, огня, войны, т.е. те, что несут угрозу жизни. Ребенок делает важное открытие, что всему есть начало и конец. Он начинает понимать, что люди умирают, и что это может случиться с ним самим и с его родителями. При этом чаще, дети больше боятся, что потеряют родителей, чем собственной смерти. Нередко возникают вопросы: "Сколько лет жил мой дедушка или бабушка? Для чего люди живут? Почему дедушка умер? Откуда все взялось? Что нужно делать, чтобы не стареть?" Некоторые дети в 5-7 лет часто боятся страшных сновидений и смерти во сне.

ПОЧЕМУ ВОЗНИКАЕТ СТРАХ СМЕРТИ У ДЕТЕЙ?

В первые годы жизни ребенок не имеет понятия о смерти. Все, что он видит вокруг себя, он считает одушевленным и постоянным. Начиная с 5 лет интеллект ребенка бурно развивается, и в первую очередь абстрактное мышление. Также возрастает активность в познавательной области. Ребенок начинает разбираться в таких понятиях, как время и пространство, и следовательно понимает, что любая жизнь, в том числе и его, имеет конец и начало. Сделав такое открытие, ребенок переживает и тревожится за будущее свое и близких, боится смерти в настоящем.

ВСЕ ЛИ ДЕТИ БОЯТСЯ СМЕРТИ?

Во многих странах большая часть детей испытывают в 5-8 лет страх смерти. У каждого этот страх выражен по-разному, и это зависит от индивидуальных особенностей, где и с кем живет ребенок, и какие события происходят на этом этапе в его жизни. В большей степени страх смерти представлен у тех дошкольников, чьи родители (один из них) или близкие люди, жившие рядом, умерли. Также сильный страх смерти наблюдается у часто болеющих, не имеющих мужского влияния - защиты и эмоционально-чувствительных и впечатлительных детей. Причем девочки боятся значительно чаще, они раньше, с 5 лет и чаще видят кошмарные сны по ночам, чем мальчики.

Но есть дети, которые не испытывают страха вообще. Это происходит, когда родители создают для ребенка искусственный мир и не дают ему ни малейшего повода ощутить, что можно чего бояться. Очень часто такие дети вырастают равнодушными, они не только сами не боятся, но и не тревожатся за других. Также у детей от родителей с хроническим алкоголизмом нет чувства страха. Это связано с тем, что у них низкая эмоциональная чувствительность, отсутствуют глубокие переживания, чувства - мимолетны, интересы - неустойчивы.

Иногда страх может отсутствовать и у детей без каких-либо отклонений, чьи родители оптимистичны, жизнерадостны, уверены в себе. Но все-таки страх смерти присущ большинству детей старшего дошкольного возраста. И это есть свидетельство, что ребенок сделал шаг вперед в своем развитии. Этот страх ему придется пережить, осознать, как часть своего жизненного опыта и переработать сознанием к 7-8 годам. Если страх смерти не переработан, он мучает ребенка длительное время, искажает его волю, эмоции, мешает общению и может способствовать усилению многих других страхов. А чем больше у нас страхов, тем меньше возможностей реализовать себя, быть счастливым, любить и быть любимыми, ведь "где есть страх, там места нет любви".

ЧТО НЕ НАДО ДЕЛАТЬ

Бывает родители и родственники, сами того не ведая, наносят вред малышу своим поведением, словами, поступками. Вместо того, чтобы помочь ребенку разобраться с возрастным страхом смерти, они еще больше нагоняют на него страхов, возлагают на его хрупкие плечи груз своих нерешенных проблем и провоцируют нервозы ребенка со всеми вытекающими отсюда нерадостными последствиями. Чтобы страх смерти не принял

хронической формы и не разросся пышным букетом в дальнейшем, родителям **необходимо знать, что не надо делать:**

1. Смеяться или шутить по поводу его страхов.
2. Нельзя винить, а тем более ругать и наказывать ребенка за то, что он боится.
3. Игнорировать детские страхи, не замечать их. При таком жестком поведении родителей, дети боятся признаться в своих опасениях и переживаниях, и впоследствии между ним и родителями не будет доверия.
4. Говорить ребенку: "Не бойся того-то - того-то, мы этого не боимся, и ты должен быть смелым". Эти слова пустые для малыша.
5. Объяснять малышу, что близкий родственник умер из-за его болезни. Ребенок связывает слова "смерть" и "болезнь" в одно целое и начинает волноваться, когда болеет сам или родители.
6. Говорить постоянно о болезнях, о чей-то смерти, о том, что с ребенком может случиться несчастье.
7. Внушать детям, что они могут заразиться какой-либо болезнью и умереть.
8. Изолировать ребенка от окружающего мира, опекать его, ограничить его самостоятельность.
9. Разрешать детям смотреть все подряд. Смотреть фильмы ужасов в детской комнате. Даже если ребенок спит и не просыпается, крики, стоны и вопли из телевизора незримо действуют на его психику.
10. Брать на похороны ребенка до подросткового возраста.

КАК ЛУЧШЕ ПОСТУПИТЬ

1. Родителям необходимо помнить, что детский страх - это сигнал к тому, чтобы еще больше оберегать нервную систему ребенка и это призыв о помощи.
 2. С уважением, без лишнего беспокойства и фиксации, относится к страху ребенка. Вести себя так, словно знаете давно и нисколько не удивляетесь его опасениям.
 3. Уделить ребенку побольше внимания, ласки, теплоты. Успокоить его, вернуть душевное равновесие.
 4. Создать в доме такую обстановку, чтобы малыш без стеснения мог рассказать обо всем, что тревожит.
 4. Создать в доме такую обстановку, чтобы малыш без стеснения мог рассказать обо всем, что тревожит.
 5. Отвлечь ребенка от неприятных чувств и переживаний, заполнить его жизнь яркими и интересными впечатлениями, лишний раз сходить в театр, цирк, на концерт, посетить аттракционы.
 6. Расширить круг интересов и контактов, т.к. чем больше интересов у детей, тем меньше они застревают на своих ощущениях, представлениях и страхах.
 7. Если умер кто-либо из родственников, в любом случае это нужно сказать ребенку, но в самой осторожной форме. Лучшее оправдание смерти - это старость или очень редкая болезнь.
 8. По возможности отложить операции по удалению аденоидов, не отправлять одного на долгое время "поправить здоровье" в санаторий.
 9. Знать, что ребенок подражает родителям и вполне может "заразиться" взрослыми тревогами: бояться собак, воров, молнии, самолетов и т.д., т.е. постараться преодолеть свои недостатки и страхи.
 10. Если Вы отправляете ребенка отдохнуть к родственникам, попросить их придерживаться ваших методов воспитания.
- Понимая чувства и желания детей, их внутренний мир, родители помогают ребенку справиться со страхом смерти, и перейти на более высокую ступень психического развития.