Страхи у детей – откуда они?

Наличие страхов у ребенка зависит от многих причин. Было обнаружено, что мальчики подвержены страхам меньше, чем девочки. Причем у мальчиков, которые воспитываются в неполных семьях, количество страхов больше, чем у их сверстников, живущих с обоими родителями. Было также выявлено, что развод родителей в меньшей степени отражается на девочках, чем на мальчиках. Мальчики, оставшись без отца, не получают необходимой мужской поддержки, что сказывается на увеличении количества страхов.

Дети испытывают больше страхов, если их родители часто ссорятся между собой. Особенно это относится к четырехлетним, пятилетним малышам, уже понимающим, что такое конфликт между близкими им людьми. Беспокойство, возникающее при этом, вскоре перерастает в страхи, которые возникают еще и потому, что ребенок не имеет возможности влиять на исход конфликта родителей, а значит, ощущает свою беспомощность.

Нужно помнить о том, что родитель, который постоянно испытывает чувство тревоги, подсознательно старается оградить от подобного психику малыша. Он и не подозревает, что тем самым он оказывает ему медвежью услугу, то, как ребенок в этом случае воспитывается в искусственной среде, а следовательно, не вырабатывает в себе навыков психологической защиты: избегает всего, что вызывает страх, вместо того, чтобы научиться активно преодолевать его.

Нередко родители и сами, не задумываясь над последствиями, внушают ребенку страх различными угрозами: «Будешь себя плохо вести - позову милиционера ».

Ни в коем случае взрослые не должны также произносить «пожелания» типа «Ах, чтоб ты подавился!», поскольку подобные слова соотносятся с темой жизни и смерти, вызывая у ребенка обострение соответствующих мыслей и как следствие – страх перед возможными бедами.

Страхи у малыша могут возникать также при подражании сверстникам. Маленький ребенок безотчетно копирует других людей и таким образом осваивает мир. Когда ваш малыш приходит домой и сообщает вам «новость»: «Катя боится Змея Горыныча, и я тоже его боюсь», - знайте, что перед вами – типичный пример страха-подражания.

Все вышеперечисленные факторы влияют на возникновение страхов у детей.

Отдельно отметим, что страхи могут возникнуть в связи с реально пережитой опасностью, испугом. Если на ребенка было совершено нападение, он был сильно избит или его покусала собака, все это в той или иной степени отражается на его дальнейшем эмоциональном развитии. Страхи ребенка, основанные на реально произошедших с ним событиях, требуют еще более пристального внимания родителей, а нередко и специальной помощи психолога.

*Материал подготовлен по книге*

*А. Луговской «Если малыш боится»*

*М., издательство «Эксмо-пресс», 2001 г*