

Мир, полный злодеев и опасностей. Как научить детей бояться

Гусева Юлия Евгеньевна

Вы думаете, я решила поиздеваться над Вами? Отнюдь, некоторые страхи мы, взрослые, формируем у детей сами. Пусть и не специально. Бабайка, баба Яга, Кощей бессмертный, волк... **Пугая детей, мы можем нанести существенный вред их психике.**

Действительно, наш мир не самый безопасный. Но он и не такой уж опасный. По крайней мере, мы можем сделать его относительно безопасным для ребенка. Примерно с года дети начинают исследовать пространство и вот тут у родителей первенца волосы встают дыбом. Ребенок открывает все ящики, до которых может достать, берет с нижних полок посуду, тянет за скатерть и продолжать можно до бесконечности. Что же делать? Есть как минимум два варианта. Один простой, второй сложный.

Простой вариант такой. Сделать мир вокруг ребенка безопасным. Убрать подальше, то, чем ребенок не должен играть (хрупкие предметы, лекарства, бытовую химию). Повесить замки на дверцы, которые ребенок не должен открывать. Все. И после этого жить спокойно некоторое время. Потом ваш малыш научится открывать замки (он же растет и умнее на глазах и в этом есть ваша заслуга, ведь это вы создали ему препятствие в виде замочков, которое он преодолел). Вы, возможно, поставите другие, более хитрые замочки и когда малыш научится открывать их, вдруг выяснится, что он уже подросток и уже не раскидывает вещи по квартире ровным слоем.

Можно пойти сложным путем (согласна, не все любят простые пути). Тогда вы должны говорить примерно следующее: **«В ящике живет Бяка, она кусает всех, кто туда залезает».** Можно для наглядности сунуть руку в шкаф и дурным голосом орать, что Бяка вас укусила. Проявляйте фантазию и выдумывайте разных Бук, Бабаек, Крокозябл. Не забудьте о том, что в шкафу на балконе живет Баба Яга, под кроватью Барабашка, а в кладовке – Бармалей. Вы довольно быстро достигнете результата и ваш ребенок не будет лазать по разным закоулкам дома. Почему же этот способ сложный? Потому что, научив ребенка бояться мнимых опасностей, чуть позже вы испытаете на себе все прелести детских страхов.

Аленке 5 лет. Она боится сама ходить в туалет. Она всегда просит, чтобы кто-то взрослый пошел с ней, включил свет (хотя Аленка может это сделать сама) и обязательно находился рядом. Дело в том, что, когда Аленке было 1-2 года, бабушка не разрешала ей заходить в туалетную комнату. Аленке нравилось рвать туалетную бумагу и бросать ее в унитаз. Бабушка сердилась и говорила, что в унитазе живет крыса, которая может укусить.

Аленке потребовалось немало времени, чтобы избавиться от страха, которого могло и не возникнуть.

Трехлетний Гоша гуляет с бабушкой. Если Гоша не слушается бабушку, бабушка любит пугать Гошу «дядями»: «Вот не будешь слушаться, тебя дядя заберет». Как назло, среди прохожих обязательно находятся «добрый» дядя, который поддерживает бабушку и изъявляет готовность забрать Гошу прямо сейчас. Дома бабушка тоже ухитряется использовать каждый удобный случай, чтобы показать Гоше последствия плохого поведения. Если в дом приходит

телефонный мастер, то бабушка тут же говорит, что вот, уже пришел дядя за Гошей.

Что же стало с Гошей? С виду тихий и послушный мальчик (красота!), он стал бояться всех, кто приходит в дом. Едва заслышав звонок в домофон, он убегал и прятался в шкаф, под кровать или за дверь. Сначала взрослые смеялись, считая, что все, что делает Гоша – чудачества. Постепенно стало понятно, что у мальчика серьезные проблемы. Он стал бояться всех незнакомых мужчин.

Кате 6 лет и она плохо засыпает. Мама говорит ей: «Катя, спи, а то ночью придет Бабайка и заберет тебя. Он забирает всех, кто не спит». Вечерами Катя лежит с закрытыми глазами, чтобы Бабайка думал, что Катя спит. Её трясет от страха.

Что происходит с Катей? Почему она долго не может заснуть? Ей мешает заснуть тревога. Она беспокоится о том, что придет Бабайка, думает о нем и эмоциональное напряжение не дает ей расслабиться и уснуть...

Иногда даже невинные вопросы взрослого могут спровоцировать страх.

Феде 3,5 года. До описываемой истории он никогда не был подвержен ни возрастным, ни невротическим страхам. Однажды он собирался с бабушкой в театр на «Бармалей». Мальчик был подготовлен, он много раз бывал в театре и хорошо знал сказку. Ничего не предвещало беды. Но по дороге в театр Федя с бабушкой встретили знакомую, которая (совершенно не со зла) спросила: «Федя, а ты не боишься Бармалея?». Он ответил: «Нет», но, видимо в душе ребенка зародились сомнения. Все-таки, Бармалей – злой разбойник и, вероятно, взрослый спрашивает неспроста. Мальчик наотрез отказался идти в театр.

Этот случай также потребовал работы для того, чтобы страх Бармалея не закрепился. Но в театр на этот спектакль мальчик смог пойти только через год.

Мы, взрослые, можем очень сильно влиять на ребенка. С нашей «помощью» ребенок может научиться бояться ездить в лифте, переходить улицу, спускаться по лестнице, гулять под дождем, купаться в ванной, ездить на велосипеде и список можно продолжать до бесконечности.