

## Цикл консультаций для родителей «Страхи детей от 5 до 7 лет»

### *Наличие постоянной воображаемой угрозы!*

Одной из характерных особенностей старшего дошкольного возраста, как уже отмечалось, является интенсивное развитие абстрактного мышления, способность к обобщениям, классификациям, осознание категории времени и пространства, поиск ответов на вопросы: "Откуда все взялось?", "Зачем люди живут?".

В этом возрасте формируется опыт межличностных отношений, основанный на умении ребенка принимать и играть роли, предвидеть и планировать действия другого, понимать его чувства и намерения. Отношения с людьми становятся более гибкими, разносторонними и в то же время целенаправленными. Формируются система ценностей (ценностные ориентации), чувство дома, родства, понимание значения семьи для продолжения рода.

До 5-летнего возраста мальчики могут торжественно заявлять матери о своем желании жениться на ней, когда вырастут, а девочки - выйти за отца. С 5 до 8 лет "женятся" или "выходят замуж" уже в основном за сверстников, воспроизводя таким образом в игровой ситуации форму отношений взрослых.

В целом же для детей старшего дошкольного возраста характерны общительность и потребность в дружбе. Заметно преобладание в группе детского сада общения со сверстниками того же пола, принятие в среде которых имеет существенное значение для самоутверждения и адекватной самооценки.

У 6-летних детей уже развито понимание, что кроме хороших, добрых и отзывчивых родителей есть и плохие. Плохие - это не только несправедливо относящиеся к ребенку, но и те, которые ссорятся и не могут найти согласия между собой. Отражение мы находим в типичных для возраста страхах перед чертями как нарушителями социальных правил и сложившихся устоев, а заодно и как представителями потустороннего мира.

В большей степени подвержены боязни чертей послушные дети, испытавшие характерное для возраста чувство вины при нарушении правил, предписаний по отношению к значимым для них авторитетным лицам.

В 5-летнем возрасте характерны преходящие навязчивые повторения "неприличных" слов, в 6-летнем - детей одолевают тревога и сомнения в отношении своего будущего: "А вдруг я не буду красивой?", "А вдруг меня никто не возьмет замуж?", в 7-летнем - наблюдается мнительность: "А мы не опоздаем?", "А мы поедим?", "А ты купишь?" Возрастные проявления навязчивости, тревожности и мнительности сами проходят у детей, если родители жизнерадостны, спокойны, уверены в себе, а также, если они учитывают индивидуальные и половые особенности своего ребенка.

Следует избегать наказаний за неприличные слова, терпеливо объясняя их неприемлемость и одновременно предоставляя дополнительные возможности

для снятия нервного напряжения в игре. Помогает и налаживание дружеских отношений с детьми другого пола, и здесь не обойтись без помощи родителей.

Тревожные ожидания детей рассеиваются спокойным анализом, авторитетным разъяснением и убеждением. В отношении мнительности самое лучшее - не подкреплять ее, переключить внимание ребенка, побегать вместе с ним, поиграть, вызвать физическое утомление и постоянно самим выражать твердую уверенность в определенности происходящих событий.

Как уже говорилось, исключительным авторитетом у старших дошкольников пользуется родитель того же пола. Ему во всем подражают, в том числе привычкам, манере поведения и стилю взаимоотношений с родителем другого пола, которого по-прежнему любят. Подобным образом устанавливается модель семейных взаимоотношений. Заметим, что эмоционально теплые отношения с обоими родителями возможны только при отсутствии конфликта между взрослыми, поскольку в этом возрасте дети, особенно девочки, очень чувствительны к отношениям в семье (как, впрочем, и к отношению других значимых для них людей). Авторитет родителя того же пола уменьшается из-за эмоционально неприемлемого для ребенка поведения и неспособности стабилизировать обстановку в семье. Тогда в воображаемой игре "Семья" дети, особенно девочки, реже выбирают роль родителя того же пола, нет стремления все делать, как "папа" или "мама". Они пытаются быть только собой или выбирать роль родителя другого пола, что в обоих случаях нетипично в старшем дошкольном возрасте.

Если в силу разных причин в детстве имеют место проблемы, трения, конфликты во взаимоотношениях с родителем того же пола, то это способствует появлению проблем, трений, конфликтов в воспитании собственных детей. Так, если девочка испытывала в детстве авторитарное влияние матери, то, став сама матерью, будет в чем-то подчеркнута строга и принципиальна с ребенком, что вызовет у него реакцию протеста или невротические расстройства.

Мальчик, не бывший в детстве Сыном Отца, лишенный его положительного влияния, может не стать Отцом Сына и передать ему свой адекватный опыт полоролевого поведения и защиты от повседневных опасностей и страхов.

К тому же развод родителей у детей старшего дошкольного возраста оказывает большее неблагоприятное воздействие на мальчиков, чем на девочек. Недостаток влияния отца в семье или его отсутствие способны в наибольшей мере затруднить у мальчиков формирование соответствующих

полу навыков общения со сверстниками, вызвать неуверенность в себе, чувство бессилия и обреченности перед лицом пусть и воображаемой, но заполняющей сознание опасности.

Так, мальчик 6 лет из неполной семьи (отец ушел после развода) панически



боялся Змея Горыныча. "Он дыхнет - и все", - так он объяснял свой страх. Под словом "все" он подразумевал смерть. Никто не знает, когда может прилететь Змей Горыныч, поднявшись из глубин его подсознания, но ясно, что он может внезапно захватить воображение беззащитного перед ним мальчика и парализовать его волю к сопротивлению.

Наличие постоянной воображаемой угрозы указывает на отсутствие психологической защиты, не сформированной из-за отсутствия адекватного влияния отца.

У мальчика нет защитника, который мог бы убить Змея Горыныча, и с которого он мог бы брать пример, как со сказочного Ильи Муромца.

Или же приведем случай с мальчиком 5 лет, который боялся "всего на свете", был беспомощным и одновременно заявлял: "Я - как мужчина". Своей инфантильностью он был обязан тревожной и чрезмерно опекающей матери, которая хотела иметь девочку, и не учитывала его стремления к самостоятельности в первые годы жизни. Мальчик тянулся к отцу и стремился во всем походить на него. Но отец был отстранен от воспитания властной матерью, блокирующей все его попытки оказать какое-либо влияние на сына.

Невозможность идентификации с ролью зажатого в семье и неавторитетного отца при наличии беспокойной и гиперопекающей матери - это и есть семейная ситуация, способствующая уничтожению активности и уверенности в себе у мальчиков.

### **Страхи ребенка дошкольного возраста ( наказание со стороны матери, страх темноты, одиночества и замкнутого пространства)**

Однажды мы обратили внимание на растерянного, застенчивого и робкого мальчика 7 лет, который никак не мог нарисовать целую семью, несмотря на нашу просьбу. Он рисовал отдельно или себя, или отца, не понимая, что на рисунке должны быть и мать, и старшая сестра. Не мог он также выбрать в игре и роль отца или матери и стать в ней самим собой. Невозможность идентификации с отцом и его низкий авторитет были вызваны тем, что отец постоянно приходил домой навеселе и сразу укладывался спать. Он относился к мужчинам, "живущим за шкафом", - незаметным, тихим, отключенным от проблем семьи и не участвующим в воспитании детей.

Мальчик не мог быть и самим собой, так как его властная мать, потерпев поражение с уходящим из-под ее влияния отцом, пыталась взять реванш в борьбе за сына, который, по ее словам, во всем походил на презируемого мужа и был таким же вредным, ленивым, упрямым. Надо сказать, что сын был нежеланным, и это постоянно сказывалось на отношении к нему матери, которая была строгой к эмоционально чувствительному мальчику, без конца делала ему замечания и наказывала. Кроме того, она чрезмерно опекала сына, держала под неусыпным контролем и останавливала любые проявления самостоятельности.

Неудивительно, что скоро он стал "вредным", в представлении матери, поскольку пытался как-то проявить себя, а ей это напоминало прежнюю активность его отца. Именно это и пугало мать, не терпящую никаких несогласий, стремящуюся навязать свою волю и подчинить себе всех. Она, как Снежная Королева, сидела на троне из принципов, повелевающая, указывающая, эмоционально недоступная и холодная, не понимающая духовных запросов сына и обращающаяся с ним, как со слугой. Муж и пить начал в свое время в знак протеста, защищаясь от жены "алкогольным небытием".

В беседе с мальчиком мы обнаружили не только возрастные страхи, но и много идущих из предшествующего возраста страхов, в том числе наказания со стороны матери, темноты, одиночества и замкнутого пространства. Наиболее выражен был страх одиночества, и это объяснимо. У него нет друга и защитника в семье, он - эмоциональная сирота при живых родителях.

К страхам приводят и неоправданная строгость, жестокость отца в отношениях с детьми, физические наказания, игнорирование духовных запросов и чувства собственного достоинства.

Как мы видели, вынужденная или сознательная подмена мужской роли в семье властной по характеру матерью не только не способствует развитию у мальчиков уверенности в себе, но и приводит к появлению несамостоятельности, зависимости, беспомощности, являющихся питательной почвой для размножения страхов, тормозящих активность и мешающих самоутверждению.

Если такой мальчик, вырастая, вступает в брак и становится отцом, то нередко он не испытывает отцовских чувств к сыну, не понимает его мальчишеских потребностей, не участвует активно в жизни семьи (подобно тому, как вел себя отец в свое время) и нередко передает свои неизжитые опасения ребенку.

При отсутствии идентификации с матерью и у девочек может теряться уверенность в себе. Но в отличие от мальчиков они становятся скорее тревожными, чем боящимися. Если к тому же девочка не может выразить любовь к отцу, то уменьшается жизнерадостность, а тревожность дополняется мнительностью, что приводит в подростковые годы к депрессивному оттенку настроения, ощущению своей никчемности, неопределенности чувств, желаний.

В 5-7 лет часто боятся страшных сновидений и смерти во сне. Причем сам факт осознания смерти как непоправимого несчастья, прекращения жизни происходит чаще всего именно во сне: "Я гуляла в зоопарке, подошла к клетке льва, а клетка была открыта, лев бросился на меня и съел" (отражение, связанных со страхом смерти, страхов нападения и животных у девочки 6 лет), "Меня проглотил крокодил" (мальчик 6 лет). Символом смерти является вездесущая Баба Яга, которая во сне гоняется за детьми, ловит их и бросает в печку (в чем и преломляется, связанный со страхом смерти, страх огня).

Нередко во сне детям этого возраста может привидеться разлука с родителями, обусловленная страхом их исчезновения и потери. Подобный сон опережает страх смерти родителей в младшем школьном возрасте.

Таким образом, в 5-7 лет сновидения воспроизводят настоящие, прошлые (Баба Яга) и будущие страхи. Косвенно это указывает на наибольшую насыщенность старшего дошкольного возраста страхами. В страшных снах отражается и характер отношения родителей, взрослых к детям: "Я поднимаюсь по лестнице, спотыкаюсь, начинаю падать со ступенек и никак не могу остановиться, а бабушка, как назло, вынимает газеты и ничего не может сделать", - говорит девочка 7 лет, отданная на попечение беспокойной и больной бабушке.

Мальчик 6 лет, имеющий строгого отца, который готовит его к школе, рассказал нам свой сон: "Иду я по улице и вижу, как навстречу мне идет Кощей Бессмертный, он отводит меня в школу и задает задачу: "Сколько будет  $2+2$ ?" Ну, я, конечно, сразу проснулся и спросил маму, сколько будет  $2+2$ , снова заснул и ответил Кощею, что будет 4". Страх ошибиться преследует ребенка даже во сне, и он ищет поддержки у матери.

### **Страх смерти**

Ведущим страхом старшего дошкольного возраста является страх смерти. Его возникновение означает осознание необратимости в пространстве и времени происходящих возрастных изменений. Ребенок начинает понимать, что взросление на каком-то этапе знаменует смерть, неизбежность которой вызывает беспокойство как эмоциональное неприятие рациональной необходимости умереть. Так или иначе, ребенок впервые ощущает, что смерть - это неизбежный факт его биографии.

Как правило, дети сами справляются с подобными переживаниями, но только в том случае, если в семье жизнерадостная атмосфера, если родители не говорят бесконечно о болезнях, о том, что кто-то умер и с ним (ребенком) тоже может что-то случиться. Если ребенок и так беспокойный, то тревоги подобного рода только усилят возрастную страх смерти.

Страх смерти - своего рода нравственно-этическая категория, указывающая на известную зрелость чувств, их глубину, и поэтому наиболее выражен у эмоционально чувствительных и впечатлительных детей, обладающих к тому же способностью к абстрактному, отвлеченному мышлению.

Страх смерти относительно чаще встречается у девочек, что связано с более выраженным у них, в сравнении с мальчиками, инстинктом самосохранения. Зато у мальчиков прослеживается более осязаемая связь страха смерти себя и в последующем - родителей со страхами чужих, незнакомых лиц, начиная с 8 месяцев жизни, то есть мальчик, боящийся других людей, будет более подвержен страху смерти, чем девочка, у которой нет такого резкого противопоставления.

По данным корреляционного анализа, страх смерти тесно связан со страхами нападения, темноты, сказочных персонажей (более активно действующих в

3-5 лет), заболевания и смерти родителей (более старший возраст), жутких снов, животных, стихии, огня, пожара и войны.

Последние 6 страхов наиболее типичны именно для старшего дошкольного возраста. Они, как и ранее перечисленные, имеют своей мотивацией угрозу для жизни в прямом или косвенном виде. Нападение со стороны кого-либо (в том числе животных), равно как и болезнь, может обернуться непоправимым несчастьем, увечьем, смертью. То же относится к буре, урагану, наводнению, землетрясению, огню, пожару и войне как непосредственным угрозам для жизни. Это и оправдывает данное нами определение страха как аффективно заостренного инстинкта самосохранения.

При неблагоприятных жизненных обстоятельствах страх смерти способствует усилению многих связанных с ним страхов. Так, девочка 7 лет после смерти любимого хомячка стала плаксивой, обидчивой, перестала смеяться, не могла смотреть и слушать сказки, так как от жалости к героям плакала навзрыд и долго не могла успокоиться.

Главным же было то, что она панически боялась умереть во сне, как хомячок, поэтому не могла заснуть одна, испытывая от волнения спазмы в горле, приступы удушья и частые позывы в туалет. Вспомнив, как мать однажды сказала в сердцах: "Лучше бы мне умереть", девочка стала бояться и за ее жизнь, в результате чего мать была вынуждена спать вместе с дочерью.

Как мы видим, случай с хомячком пришелся как раз на возрастной максимум страха смерти, актуализировал его и привел к непомерному разрастанию в воображении впечатлительной девочки.

На одном из приемов мы наблюдали капризного и упрямого, по словам матери, мальчика 6 лет, который не оставался один, не переносил темноты и высоты, боялся нападения, того, что его украдут, что он потеряется в толпе. Медведя и волка он опасался даже на картинках и из-за этого не мог смотреть детские передачи. Полную информацию о его страхах мы получили из бесед и игр с самим мальчиком, так как для матери он был просто упрямым ребенком, не подчиняющимся ее приказаниям - спать, не хныкать и держать себя в руках.

Анализируя его страхи, мы хотели понять, чем они мотивированы. О страхе смерти специально не спрашивали, чтобы не привлекать к нему лишнего внимания, но данный страх мог быть безошибочно "вычислен" из комплекса связанных с ним страхов темноты, замкнутого пространства, высоты и животных.

В темноте, как и в толпе, можно исчезнуть, раствориться, пропасть; высота подразумевает опасность падения; волк может загрызть, а медведь - задавить. Следовательно, все эти страхи означали конкретную угрозу для жизни, необратимую потерю и исчезновение себя. Почему же мальчик так боялся исчезнуть?

Во-первых, из семьи год назад ушел отец, исчезнув, в представлении ребенка, навсегда, поскольку мать не разрешала встречаться с ним. Но нечто подобное было и раньше, когда тревожно-мнительная по характеру мать

чрезмерно опекала сына и всячески стремилась не допускать на него влияния решительного отца. Тем не менее, после развода ребенок стал более неустойчивым в поведении и капризным, временами "без причин" повышенно возбудимым, боялся нападения и перестал оставаться один. Вскоре в полную силу "зазвучали" другие страхи.

Во-вторых, он уже "исчез" как мальчик, превратился в беззащитное и пугливое существо без пола. Его мать обладала, по ее же словам, мальчишескими чертами поведения в детстве, да и сейчас она считала свою принадлежность к женскому полу досадным недоразумением. Как и большинство таких женщин, она страстно хотела иметь дочь, отвергая у сына мальчишеские черты характера и не принимая его как мальчика. Свое кредо она выразила раз и навсегда так: "Я вообще не люблю мальчиков!".

Вообще - это значит, что она не любит всех представителей мужского пола, так как считает себя "мужчиной", зарабатывая к тому же больше, чем бывший муж. Сразу после вступления в брак она как "эмансипированная" женщина развернула непримиримую борьбу за свое "женское достоинство", за право единолично распоряжаться в семье.

Но на подобную роль в семье претендовал и муж, поэтому между супругами началась борьба. Когда отец увидел бесперспективность своих попыток повлиять на сына, он ушел из семьи. Именно тогда, когда у мальчика развилась потребность в идентификации с мужской ролью. Роль отца стала играть мать, но поскольку она была тревожно-мнительной и воспитывала сына, как девочку, то результатом этого было только увеличение страхов у "феминизированного" мальчика.

Недаром он боялся, что его украдут. У него уже "украли" активность, самостоятельность и мальчишеское "я". Невротическое, болезненное состояние мальчика словно подсказывало матери, что ей нужно перестроить себя, но она упрямо не считала нужным это сделать, продолжая обвинять сына в упрямстве.

Через 10 лет она снова пришла к нам - с жалобами на отказ сына посещать школу. Это было следствием негибкости ее поведения и неумения сына общаться со сверстниками в школе.

