

ДЕТСКИЕ СТРАХИ.

Беспокойство, тревога, страх — такие же неотъемлемые эмоциональные проявления нашей психической жизни, как и радость, восхищение, гнев. Некоторые страхи имеют временный характер, потому что обусловлены возрастом.

Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их проявления, чаще всего исчезают бесследно. Если же они болезненно заострены или сохраняются длительное время, то это заслуживает специального внимания. Обычно это свидетельствует о каком-либо неблагополучии детей, неправильном поведении родителей, незнании ими психических и возрастных особенностей ребенка, наличии у них самих страхов, конфликтных отношениях в семье.

В общем виде страх условно делится на ситуативный и личностный: ситуативный - возникает в необычной, шокирующей обстановке; личностно - обусловленный предопределен характером человека. Ситуативный и личностно-обусловленный страхи часто дополняют друг друга.

Страх также бывает реальный и воображаемый, острый и хронический. Наличие устойчивых страхов говорит о неспособности справиться со своими чувствами, контролировать их, когда пугаются, вместо того чтобы действовать, и не могут остановить «разгулявшиеся» чувства. При длительно действующем страхе, искажающем эмоционально-волевою сферу и мышление, отношение окружающих воспринимается всё более неадекватным образом. Это уже мнительность. Психические изменения под влиянием страха приводят к развитию труднопереносимой социально-психологической изоляции.

Прежде чем начать помогать детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, каким конкретно страхам они подвержены (в литературе выделено 29 видов страха). Страхи, проявляющиеся в поведении ребенка, отражают далеко не полную картину его внутренних» часто неотделимых от опасений, страхов.

Наиболее адекватный путь — отношение к страхам без лишнего беспокойства и фиксации, чтения морали, осуждения и наказания. Нужно и самим родителям самокритично задать себе вопросы: какие страхи были в детстве у нас самих и чего мы боимся сейчас? Общие страхи должны устраняться общими усилиями, совместными мероприятиями, той же игрой, преодолевающей страх..

Более действенным • будет воздействие на причину страха, порождающие его условия и обстоятельства. Решиться помочь детям полностью избавиться от страха — это значит принять активное участие в их жизни. Но активность не означает постоянную возможность вмешиваться в личную жизнь детей. Главный фактор, препятствующий избавлению детей от страхов, —

неблагополучное нервно-психическое состояние самих родителей и конфликты в семье. В этом случае необходима предварительная помощь всей семье в целом, только после этого имеет смысл проведение методик преодоления страхов детьми.