

## Дитячі страхи і їхнє походження

Страх можна визначити як емоційно насичене почуття занепокоєння у відповідь на реальну або уявлювану погрозу для життя й благополуччя. У ситуації явної небезпеки для життя страх має інстинктивний характер й являє собою оборонну реакцію, засіб захисту. В інших випадках страх соціально опосередкований, тобто визначається життєвим досвідом. Це страх перед якими-небудь подіями, перед покаранням й осудом, острах тваринних і фантастичних чудовиськ. Такі страхи також виконують захисну функцію, виступаючи як засіб самоконтролю й саморегуляції.

Дитячі страхи властиві певному віку, рівню психічного розвитку, але вони можуть спостерігатися при деяких захворюваннях, наприклад, неврозах.

У дошкільному віці страхи виникають частіше, ніж у наступні роки. На всіх вікових етапах страхи більше властиві дівчинкам, ніж хлопчикам.

*Як же виникають і проявляються страхи?*

У більшості немовлят виявляються інстинктивні форми захисту при раптовому наближенні великого предмета або при голосних звуках. Однак така реакція швидко вгасає. Про страх у справжнім значенні даного слова можна говорити не раніше, ніж дитині здійсниться півроку. У сім місяців дитина вже проявляє сильне занепокоєння при тривалій відсутності матері. Лежаче в основі даного страху почуття занепокоєння є усвідомленою реакцією, прообразом почуття тривоги в ситуації самотності або припинення емоційно значимих зв'язків із близькими людьми. Подібна форма занепокоєння максимально виражена до двох з половиною років у дівчинок і до трьох років у хлопчиків.

У вісім місяців з'являється страх перед незнайомими, чужими дорослими. Він указує на появу психологічних категорій «свій» й «чужий», у більше широкому змісті - страху перед незнайомим, новим і несподіваним впливом або всім тим, що відрізняється від звичного образу матері. Звичайно цей страх проходить до середини другого року життя за умови відсутності яких-небудь страшаючих впливів, падінь, хворобливих процедур і приміщення в лікарню.

Батькам потрібно особливо уважно й чуйно ставитися до дитини першого року життя, не передоручати догляд за ним родичам, не робити

тривалих поїздок, не віддавати маляти без особливої необхідності в ясла й перебувати поруч із ним у випадку приміщення в лікарню.

На другому році життя практично половина дітей відчують страх з несподіваною появою стороннього, різкому звуці, болі, перебуваючи на висоті й від перебування на самоті. На третьому році з'являється страх перед покаранням, що відбиває зростаючу активність дітей й їхнє розуміння наслідків своїх учинків. У два роки може виникнути страх перед тваринами, особливо собаками, і перед транспортом, що рухається. Страхи в дітей цього віку виражені значно менше, якщо батько бере активну участь у вихованні і якщо виховання не перетворюється у війну з почуттям, що формується, «Я» у дитини. Маляті повинна бути надана можливість вираження своїх переживань, у тому числі й негативних. А завдання батьків - вчасно допомагати в подоланні реальних й уявлених небезпек.

У віці від трьох до п'яти років кожен другий з дітей боїться казкових персонажів, болю, несподіваних звуків; кожен третій - води, транспорту, самотності, темряви й замкнутого простору. Особливо часто такі страхи зустрічаються в дітей, чий батьки зайво неспокійні й у той же час принципові. У віці шести років іноді з'являється страх смерті, обумовлений усвідомленням категорій часу й простору, необоротності вікових змін, що відбуваються. Подібні страхи зустрічаються майже в кожній другій дитини.

Дитячі страхи частіше зустрічаються при захворюванні одного з дорослих у родині, постійних розмовах на цю тему, а також при хірургічних операціях у дітей (наприклад, із приводу видалення аденоїдів).

У молодшому шкільному віці колишні страхи, як правило, зм'якшуються, але з'являються нові - острах спізнитися в школу, одержати погану оцінку.

