



Откуда берется страх насекомых

Если мы обратимся к таблице возрастных страхов, представленной в первой главе, то мы увидим, что для ребенка в возрасте 4 — 6 лет боязнь насекомых естественна и является признаком активного познавательного и личностного развития. Как правило, он появляется внезапно, и часто для его возникновения ребенку требуется совсем немного. Действительно, страх, вызываемый насекомыми, может быть разной интенсивности. В некоторых случаях он настолько силен, что привлекает к себе даже внимание врачей-психиатров. В психиатрии по этому поводу есть даже специальный термин — **арахнофобия**. Буквально, слово "**арахнофобия**" переводится с греческого языка как "**боязнь пауков**".

То или иное насекомое может вызывать у ребенка совершенно необъяснимый ужас, истерику, крики, визг и слезы, при том, что к другим насекомым он может относиться совершенно спокойно.

В чем житейские причины страха перед жуками, пауками, бабочками и тараканами?

Самая очевидная, лежащая на поверхности причина таких страхов — это неприятный жизненный опыт ребенка, связанный с насекомыми.

Иногда бывает так, что ребенок напугался не самого насекомого, а чего-то совсем другого, а несчастный паучок или бабочка в тот момент просто случайно находились рядом. Например, если на даче случайно захлопнулась дверь в подвал, ребенок провел там несколько минут в заточении и за это время разглядел на подвальном окошечке паутину. Или если ребенок испугался, увидев спящих на улице бездомных людей, над несвежими пожитками которых кружились десятки мух. В этих случаях насекомые вызвали страх не сами по себе, а только в контексте пугающей ситуации. Но ситуации заканчиваются, а страх перед насекомыми может закрепиться. Другая вероятная причина такого детского страха — это, как ни странно, соответствующая боязнь у окружающих его людей. Подумайте, возможно, кто-то из ваших родственников или воспитательница в детском саду панически боится пауков или тараканов и с визгом залезает с ногами на стул при каждом их появлении?



Тогда неудивительно, что ребенок тоже начал бояться: если уж такая большая тетя (а может быть, и дядя) так сильно пугается, наверное, паук — это очень опасный зверь! Получается, что ребенок заражается страхом от взрослого человека. Особенно "заразными" являются для детишек страхи тех, с кем они живут, кого больше всех любят и кому больше всех доверяют — мам, пап, бабушек и дедушек.

Важно помнить, что мы, взрослые, более или менее умеем прятать свои глупые, как нам кажется, страхи от других людей. Поэтому, хотя в душе мы каждый раз содрогаемся при виде паука или малярийного комара, внешне это может никак не проявляться. Но это не значит, что ребенок не может "заразиться" таким замаскированным взрослым страхом. Давайте вспомним, сколько раз мы предупреждали своих детей, что "мухи и тараканы разносят опасные болезни", "пауки бывают ядовитыми", "осы и слепни очень больно кусаются", тем самым доводя до их сознания мысль о том, что насекомые опасны.



Еще одна вероятная причина страха перед насекомыми — в них самих, точнее, в особенностях их поведения. Поведение насекомого малопредсказуемо: куда поползет этот паук, куда полетит эта бабочка, удастся ли отогнать пчелу или взмахи руками ее только разозлят? Хаотичность и непредсказуемость тревожили людей во все времена.

Самым распространенным в психологии **методом борьбы со страхами** является рисование. Нарисуйте вместе с ребенком огромного паука, бабочку или комара — того, кого он боится. Затем возьмите другой лист бумаги и нарисуйте то же самое насекомое поменьше. Затем рисуйте его еще несколько раз, пока оно не превратится в точку. После этого все рисунки можно разорвать в клочки или даже сжечь. Таким способом, рисуя, ребенок влияет на собственное подсознание и помогает ему уничтожить страх.

Возможно, уже после двух-трех подобных сеансов рисования опасения вашего ребенка отступят. Если же этого не произошло, запасемся терпением и будем справляться со страхом перед насекомыми поэтапно.



В ситуациях столкновения с насекомыми рассказывайте ребенку об этих приметах, сочиняйте истории, обыгрывающие их. Пусть они будут не совсем правдивыми, главное — помочь малышу понять отвлеченный смысл приметы на конкретных жизненных примерах.

Подберите мультики, в которых пугающие ребенка насекомые выглядят добрыми, смешными или трогательными. Это могут быть известные «Муха-Цокотуха», «Стрекоза и Муравей», «Бабочка и тигр», «Паучок Ананси», «Муравьишка-хвастунишка», «Путешествие муравья» и т. д.

Если ваш ребенок увлекается раскрасками или пазлами, можно распечатать картинку с кадром из уже примелькавшегося ребенку мультфильма с пугающим его насекомым и использовать ее как контур для будущего рисунка или, разрезав на фрагменты, как мозаику. Таким способом ребенок получит опыт прикосновения к пугающему его насекомому. Заведите игрушечного паучка, тараканчика или бабочку (в зависимости от того, кого боится ваш ребенок), игрушки, сделанные руками родителей, в которые вложена частичка их души, вызывают у детей гораздо большую симпатию, чем покупные. Подберите сказки, стихотворения и потешки, посвященные пугающему ребенка насекомому, рассказывайте и обсуждайте их. Организуйте контакт ребенка с нестрашными для него насекомыми. Ваш идеальный союзник —

