

От 3 до 5 лет

Это возраст эмоционального наполнения "я" ребенка. Чувства уже обозначаются словами, четко выражено стремление к пониманию, доверию, близости с другими людьми. Формируется и чувство общности - понятие "мы", под которым ребенок подразумевает вначале себя и родителей, а затем себя и сверстников.

Устанавливается ряд этических категорий, в том числе чувство вины и сопереживания. Возрастает самостоятельность - ребенок занимает себя сам, не требует постоянного присутствия взрослых и стремится к общению со сверстниками. Развиваются фантазии, а вместе с ними и вероятность появления воображаемых страхов.

В эти годы наиболее интенсивно формируются такие эмоции, как любовь, нежность, жалость, сочувствие и сострадание. От детей можно услышать фразы: "Любить меня можно, а не любить нельзя", "Если ты меня накажешь, я все равно буду тебя любить".

Любовь, таким образом, имеет еще безусловный характер, и **родители должны основательно подумать, прежде чем употреблять такие фразы, как: "Я не люблю тебя", "Я не буду с тобой дружить",** поскольку они крайне болезненно воспринимаются детьми 3-5 лет и приводят к возникновению у них беспокойства (не всегда внешне проявляемого). В ряде случаев на него указывают нарастающая заторможенность, неустойчивость настроения, повышенная обидчивость и капризность.

Несмотря на чувство любви к обоим родителям, заметно эмоциональное предпочтение родителя другого пола, максимально выраженное, в 4 года. **Девочки нежно любят отцов, а мальчики испытывают эмоциональное влечение к матери.** Подобный эмоциональный опыт отношений между людьми найдет свое дальнейшее развитие в браке, когда супруги проявят друг к другу те же чувства любви, которые они испытали по отношению к родителям другого пола в детстве.

Более того, если в детстве были проблемы, конфликты в отношениях с родителем другого пола, то это может способствовать возникновению проблем и конфликтов в браке, то есть во взаимоотношениях с другим полом. Здесь может быть чрезмерное, избыточное ожидание ответа чувств любви, неосознаваемое отождествление супруга(и) по образу и подобию матери (отца) или желание воспроизвести в браке привычный стиль семейных отношений в детстве.

Но это впереди. А в возрасте 3 – 5 лет недостаточная эмоциональная отзывчивость родителя другого пола порождает беспокойство, неустойчивость настроения и капризность как средство привлечения внимания. С этой целью могут быть непроизвольно использованы страхи, особенно возникающие перед сном. Тогда родители должны лишшний раз посидеть, поговорить, погладить, тем самым уделить внимание, не быть такими строгими, формальными и принципиальными, как днем.

Но и без этого **в 3-5 лет часто встречаются три страха:** одиночества, темноты и замкнутого пространства. Ребенок не остается один при засыпании, постоянно зовет мать, в комнате должен гореть свет (ночник) и необходимо, чтобы дверь была полуоткрыта. При невыполнении хотя бы одного из этих условий беспокойство сохраняется, и сон не наступает. Волнение может проявиться и в связи с ожиданием страшных (кошмарных) снов.

Во всех случаях **многое зависит от умения родителей не создавать из этих возрастных страхов лишней проблемы,** вовремя успокоить детей, нежно поговорить с ними и не настаивать на немедленном выполнении своих требований. Да и днем не быть отдаленными от детей. Позаниматься немного с ними, поиграть, сказать пару теплых слов - и тогда не будет лишней "нервотрепки" с укладыванием спать.

Вне сна ребенок может испугаться тесного помещения, особенно когда он внезапно остается один или его оставляют в закрытой комнате, где еще и мало света. Так, мальчика 4 лет, который непроизвольно описался на прогулке, наказали - долго стыдили, а затем закрыли в туалете. Следствием такого "воспитательного мероприятия" явились длительные нервные подергивания лица и тела.

В другом случае девочку 5 лет закрыл в темном сарае на даче мальчик. Вечером девочка долго не могла заснуть и кричала во сне. В последующие дни голос прерывался от волнения, а вскоре появилось заикание, прошедшее только после серии направленных лечебных игр.

Дети дошкольного возраста боятся во сне Волка и Бабы Яги. В возрасте 3-5 лет эти персонажи выходят из сна, населяя днем воображение эмоционально чувствительного и впечатлительного ребенка. К ним присоединяются и прочие столь же нелицеприятные личности: монстры, привидения и другие.

Эти персонажи в известной мере отражают **страх наказания или отчуждения родителей от детей** при недостатке столь нужных в данном возрасте любви, жалости и сочувствия. Тогда антиподом доброй, ласковой, любящей матери, которая не кричит и не угрожает, является образ Бабы Яги.

Непереносимость эмоционального искажения образа близкого человека, отчуждения от него, потребность в ласке и любви заставляют детей бояться Бабы Яги, подбегать ночью к матери и тревожно спрашивать: "А ты не станешь Бабой Ягой?".

После 3 и особенно 4 лет у Бабы Яги появляются партнеры: Кощей Бессмертный и Бармалей. Общее у них: черствость, зло и коварство. Так Баба Яга и Кощей, воплощая собой наказание, появляются в воображении детей, боящихся быть наказанными, поскольку Баба Яга уносит непослушных детей для расправы к Кощею. Оба они образуют семейную чету антиродителей, принимающих участие в "воспитании" эмоционально впечатлительных, внушаемых и упрямых детей.

Психологически защитная функция образов Бабы Яги и Кощея состоит в том, что ребенок пока еще не питает устойчивых агрессивных чувств к родителям. Чаще всего эти образы возникают у детей, как раз эмоционально привязанных к родителям. Вместе с тем отношение некоторых родителей к своему ребенку может быть достаточно недружественным и агрессивным.

Поскольку эмоционально чувствительные дети не могут оставаться безразличными к такому поведению родителей, в то же время испытывая потребность любви к ним, то страхи перед образами Бабы Яги и Кощея как раз вытесняют все отрицательное, что есть в родителях. Следовательно, эти образы в какой-то мере нейтрализуют конфликт родителей и детей, а сам факт появления подобных страхов служит нередко его единственным выражением.

Драматический оттенок приобретают страхи у тех детей, родители которых воспринимают их как обузу или же не удовлетворены поведением детей. Например, родители девочки 4 лет хотели мальчика, и потому эмоциональность, чувствительность дочери, ее желание приласкаться - такое естественное для девочки - раздражали родителей. Они не только были чересчур строгими, но и наказывали физически, особенно этим отличался отец, считавший себя "неполноценным" из-за рождения дочери, то есть оба родителя относились к ней так, словно она была непослушным и упрямым мальчишкой. Постепенно девочка, по словам родителей, становилась все более возбудимой, капризной, нетерпеливой и упрямой. При беседе девочка не считала взрослых строгими и не испытывала к ним недружелюбных чувств. Но в игре обнаруживала панический страх перед Бабой Ягой и Кощею, а из животных продолжала, как и раньше, бояться Волка. На вопрос, почему же она не боится медведя, отвечала, что он добрый. Остальные сказочные персонажи были, в ее представлении, недобрыми, жестокими, что непроизвольно связывалось с подобным отношением к ней в семье.

В младшем дошкольном возрасте страх одиночества, основанный на диффузном чувстве беспокойства, конкретизируется **страхом нападения,** воплощенным в лице страшных сказочных персонажей. Расшифровка данного сочетания страхов следующая: ребенок, оставшись один, без поддержки родителей, испытывает чувство опасности и инстинктивный страх перед угрожающими его жизни сказочными персонажами.

Другими словами, он не чувствует себя настолько защищенным, чтобы противостоять в воображении отрицательному воздействию сказочных персонажей. Вот почему **активное участие отца в жизни семьи и воспитании детей способно оказать самое положительное влияние** на развитие эмоциональной и волевой сферы детей.

Потребность в защите со стороны отца от воображаемой опасности по-своему выразила девочка 3 лет: "Папа нужен для того, чтобы убить волка и лису". Уверенное, спокойное, любящее поведение отца, служащее примером для детей, способно стабилизировать их психическое развитие, развивать у детей активность и самостоятельность.

Если же отцы не выполняют подобную роль в семье, и у них нет эмоционального контакта с детьми, особенно с сыновьями, то тревожная мнительность некоторых матерей, продолжающих чрезмерно опекать своих взрослеющих детей, неблагоприятно отражается на дальнейшем формировании их характера. Тогда в подростковом возрасте мы наблюдаем неуверенность и страх при ответах в школе, неумение постоять за себя, защититься от нападения, быть инициативным, ровным и непосредственным в общении со сверстниками.

Заметим, что **страхов значительно меньше у детей, имеющих возможность общения со сверстниками**. Это неудивительно, поскольку именно тогда раскрывается вся палитра эмоций, приобретаются навыки защиты, адекватного восприятия неудачи и гибкость поведения в целом. В этом отношении гораздо лучше лишний раз сходить на детскую площадку и постараться через совместную игру наладить взаимодействие детей разного пола, чем посетить врача с единственной целью получения очередной дозы транквилизаторов для неконтактного и боязливого, с точки зрения родителей, ребенка. Нужен здесь не транквилизатор, а активизатор - сверстники и собственная активность родителей, своевременно поддерживающих и развивающих инициативу детей и играющих с ними.

Способствует страхам и чрезмерная опека в семье с постоянным нахождением рядом взрослых, предупреждением каждого, самостоятельного шага ребенка. Всем этим произвольно подчеркивается, что он слабый и беззащитный перед окружающим его миром, полным неизвестности и опасности.

Не дает сформироваться адекватной психологической защите от страхов и **слишком уступчивое, нерешительное поведение родителей**, постоянно сомневающийся в правоте своих действий и уже этим обнаруживающих непоследовательность своих требований и решений.