

## «Энтомофобия - боязнь насекомых».

Страх – это защитный механизм, который помогает человеку защищать свое тело от опасности. В умеренных проявлениях это абсолютно нормальная реакция, но навязчивые панические приступы являются отклонениями, которые называются фобиями. Среди многих фобий «заслуженное» место занимает энтомофобия – боязнь всякого рода насекомых.



### **К причинам, провоцирующим эту фобию относятся:**

- \* *Детская травма.* В раннем возрасте малыши очень впечатлительны и укусы насекомых приводят к их боязни и зарождению фобии.
- \* *Копирование поведения родителей или людей, которые окружают ребенка.* Родители могут и не страдать такой фобией, но, всё же, не иметь к «букашкам» особой симпатии. В таком случае у ребёнка вырабатывается фобия как следствие рассказов о том, что осу запрещается трогать, так как она может укусить.
- \* *Средства массовой информации, художественные фильмы и литература.* Сообщения о том, что люди погибают из-за ядовитых насекомых, естественно,

пугают не только детей, но и взрослых. Поэтому даже безобидные представители животного мира начинают вызывать опасения.

\* **Отголосок памяти предыдущих поколений.** Ведь предки с опасением относились к насекомым, так как те несли настоящую угрозу. На сегодняшний день большинство представителей класса насекомых утратили свою смертоносность, однако память о том, что укус насекомого может спровоцировать страшную болезнь, осталась.

\* **Внешний вид насекомых.** Они существенно отличаются от человека, как формой тела, количеством конечностей, так и способом передвижения. Поэтому зачастую насекомые воспринимаются как нечто чужеродное и неестественное, а подобного человек боится по своей природе.



*Для ребенка 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.

Очень велика вероятность того, что через некоторое время (максимум — два-три месяца) этот страх постепенно сойдет на нет сам собой, в том случае, конечно, если родители не будут подпитывать его собственными тревогами и опасениями или же пытаться "вылечить" его упреками и наказаниями. Однако это справедливо только для тех страхов, которые проявляются однократно или же не очень интенсивно. Если

же малыш заливается горячими слезами при виде безобидной бабочки, вскакивает по ночам от того, что ему приснился злой паук, или визжит от страха при виде дождевого червяка, — это уже совсем другая ситуация.

Страх насекомых у детей, возможно, носит врожденный характер. И тем не менее почему же он ярко проявляется только у некоторых детей? 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. Возможно малыш увидел что-то неприятное на эту тему по телевизору. Тем более что сегодня душераздирающие кадры про насекомых можно увидеть не только в посвященных им документальных фильмах, но и в импортных детских мультках. Или ребенка напугало что-то из прочитанной книжки.

Попытайтесь в красках, как это делает ребенок, представить себе строки

К. Чуковского:

***Вдруг из подворотни***

***Страшный великан,***

***Рыжий и усатый Та-ра-кан!***

***Таракан, Таракан, Тараканище!***

***Он рычит, и кричит,***

***И усами шевелит:***

***"Погодите, не спешите,***

***Я вас мигом проглочу!***

***Проглочу, проглочу, не помилую".***

Может быть, ребенок уже успел испытать последствия общения с некоторыми насекомыми на собственном здоровье: например, у него поднималась температура от укуса осы или появлялась жуткая аллергия на пыльцу бабочки. Тогда основания для страха у него вполне серьезные.

Не говоря уже о тех ситуациях, когда близкие пугают ребенка насекомыми напрямую, пусть даже из самых благих побуждений.

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 содрогаяемся 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. А сколько мрачных примет и суеверий про насекомых бытует в нашем сознании! "Бабочка — это душа умершего, если она залетела в дом — к несчастью". Или "Черного паука увидеть — к горю в родне". Дети слышат намного больше, чем кажется взрослым, и, в силу особенностей своей психики, относятся к приметам и суевериям значительно серьезнее, чем мы.

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. Так что путать малыша могут не только последствия контакта с насекомыми ("укусит", "утащит", "я заболею и умру"), но этот контакт сам по себе.

Если страх очень силен и существенно мешает жить — лучше обратиться к психологу, который поможет справиться с проблемой.

### **Предпринимать с ребенком самостоятельные шаги тоже необходимо!**

Конечно, не стоит обманывать ребенка, говоря ему, что насекомых рядом стопроцентно нет. Если насекомое все-таки обнаружится, будет истерика, скорее всего, и доверие к родителю, обманувшему в таком важном вопросе, будет подорвано. Лучше акцентировать внимание ребенка на том, что родитель может защитить малыша: «Я смогу защитить тебя». Начать можно с подобной фразы, чтобы ребенку стало спокойнее под защитой взрослого. Сам он не ощущает в моменты страха способности постоять за себя перед пугающим до дрожи животным. Уверенность в силах взрослого успокаивает ребенка. Затем можно перейти к фразам типа: «Когда мы вместе — мы справимся с любым насекомым». В этом случае ребенок так же, как и взрослый, наделяется силой и уверенностью справиться с ситуацией, пусть пока не самостоятельно, а в команде с родителем, но это уже возможность помочь ему ощутить себя иначе перед лицом возможной опасности. Это промежуточный шаг на пути к: «Ты справишься — насекомые тебе не страшны!». Если ребенок после

успокаивающих слов взрослого продолжает тревожиться, можно взять его за руку и обойти помещение вместе, чтобы проверить, как обстоят дела с насекомыми и убедиться, что ничего не угрожает. Это не блажь ребенка, ему, в самом деле, такое действие поможет обрести спокойствие.

Человеку, как правило, свойственно бояться того, чего он не понимает, или того, о чем мало знает.

### **Постарайтесь дать ребёнку о насекомых больше информации.**

Для этого можно приобрести специализированную литературу или найти в просторах Интернета познавательные статьи. Кроме того, есть множество телевизионных каналов и телепередач, повествующих о животном мире. Это может дать хороший терапевтический эффект. Хорошо почитать с ребенком сказки, где главными положительными героями являются насекомые. Наиболее известна, конечно, сказка о «Мухе-Цокотухе», но кроме нее, есть ряд сказок у В. Сутеева с его же замечательными иллюстрациями. Может быть, малыш сначала просто послушает сказку, не пожелав взглянуть на картинки, или даже вовсе откажется слушать. Ничего страшного, к этому предложению можно вернуться позже. Когда ребенок уже без трепета слушает сказку о насекомых, можно предложить ему слепить из пластилина того, кто ему понравился. Хорошо, если взрослый также принимает участие в лепке, а не просто наблюдает. Когда пластилиновых героев накопится достаточное количество, можно организовать пластилиновый театр, в котором главным кукловодом, управляющим когда-то пугающими животными, будет сам ребенок, теперь их совсем не боящийся. Немного фантазии и творческой увлеченности помогут взрослому избавить малыша от тревог и опасений, связанных с насекомыми. Посещайте с ребенком зоомагазины, где продают насекомых, рассматривайте их через стекло или вольер, со временем начните контактировать с наиболее приятными насекомыми, например, бабочками или божьими коровками.

***Малыш должен знать, что насекомые на нашей планете выполняют определенную функцию и без них никак нельзя.***

Подготовила: Рылькова Ю.В.