

Инстинкт самосохранения у ребёнка

Есть дети, которые забывают, как бояться. Кажется, что у них нет инстинкта самосохранения. И это пугает. Где же грань между смелостью и неадекватным бесстрашием?

Люди рождаются с инстинктом самосохранения. Это один из самых главных инстинктов человека. Но иногда он почему-то ослабевает, а то и вовсе исчезает (хорошо, что это редкое явление). Что касается детского гипертрофированного бесстрашия, то оно имеет множество других причин, в том числе возрастных и личностных. В них во всех нужно разобраться, так как подобное мега храброе поведение малыша провоцирует немало страхов у его родителей, часто, небезосновательных. Дети без страха часто попадают в неприятные ситуации и травмируются.

О норме развития»

Для начала определите для себя, правильно ли вы оцениваете ситуацию: действительно ли ваш ребенок экстремал или он просто очень любознательный?

Например, пятилетнему малышу нормально хотеть лазить по деревьям и знакомиться с очаровательными дворовыми собачками ростом с телят. Шестилетка с удовольствием разбирается, как рождается огонь в зажигалке или как вспыхивает спичка.



Это часть пытливого натуры ребенка, его познавательная деятельность, которая прекрасно вкладывается в **нормы развития детей**. Тут дело за малым: обучить технике безопасности.

Кроха убегает от вас на улице? Поиграйте дома в «Стоп!» или в «Море волнуется раз...» Он должен останавливаться в момент проговаривания заветного слова. Команды «не беги!», «нельзя!» практически не действуют. Он просто не слышит частицы «не» и в первые 5-7 секунд будет бежать по инерции.

На ребенка постарше, пристрастившегося к играм с огнем, подействуют фильмы о пожарах, сказки о спичках и непослушных львях, которые с ними играли. Любителя покорять высоты учите чувствовать пространство и свою силу, а также слазить с лестницы, нащупывая ногой перекладину, пробовать на прочность ветку дерева...

Бесстрашие как стиль жизни

Ну а если малыш в самом деле неудержимо храбр, если инстинкт самосохранения у него выражен слабо? И подтверждения этому весьма печальны: переломы, травмы, опасные ситуации, в которые он регулярно попадает? Каковы же причины? И что делать?

ГОРМОНАЛЬНЫЕ

В момент рождения в кровь младенца попадает большая доза **гормонов стресса**. Когда что-то идет не так, малютка как бы застревает в этом состоянии. И вот гормональный баланс нарушен. Крохе постоянно нужен кортизол, адреналин, норадреналин, чтобы чувствовать себя в норме, точнее, привычно. Вот он порой подсознательно и ищет приключения, которые помогут ему жить согласно внутренним потребностям.

К сожалению, влиять на гормоны мы еще не научились. Придется корректировать поведенческие навыки.

Вызывайте у ребенка желание получать положительные эмоции от **творчества**, от контакта с мамой, от езды на роликах или велосипеде. Ему нужны яркие, но безопасные впечатления.

Когда вы всей семьей выберетесь на ролледром в «защитах» и шлемах, это будет незабываемо.

ГИПЕРАКТИВНОСТЬ

Притупленный инстинкт самосохранения часто сопровождается синдромом дефицита внимания с гиперактивностью. Это серьезное расстройство, требующее профессионального лечения и немалых усилий от вас. Если понадобятся медицинские препараты, ваш доктор назначит их.

С вашей стороны требуется огромное терпение. Вы должны всячески демонстрировать спокойствие (поэтому подумайте и о практиках успокоения для себя).

Способствуйте образованию у крохи условных рефлексов: ручка над свечкой – горячо, шум за спиной – нужно уйти в сторону...

В качестве тренировки внимания всегда давайте четкие указания и короткие задания: «Добеги до дерева и остановись!», «Сосчитай до пяти!»

Придумайте свой сигнал. Пусть карапуз сам его выберет: «Красный!», «Огонь!», «Паук!» Для обозначения опасности подойдет любое слово, лишь бы он на него реагировал.

ТЕМПЕРАМЕНТ

Малыш **холерик**? Тогда он сначала делает, а потом думает. Это особенность его типа темперамента. Конечно, чистых холериков очень мало, а это увеличивает ваши шансы привить навыки осторожности живчику.

Вы должны озадачить малютку различными интересными занятиями. Ему одинаково важно иметь и физические нагрузки, и творческие (но короткие и яркие) задания, и игры для развития интеллекта. Футбол и шахматы, рисование и танцы, рэп и вышивание крестиком – пусть пробует все и остановится на чем-то одном.

Ну и советы по выработке условных рефлексов на опасность тоже подойдут.



Гиперопека - причина бесстрашия

Стиль жизни ребенка, его система ценностей, а также отношение к опасности во многом определяете вы. И именно вы можете либо исправить, либо усугубить проблему.

По наблюдению психологов, у деток, которые ничего не боятся, часто гиперопекающие, **тревожные родители**.

Этот парадокс объясняется тем, что малыш, которому говорят: «Не беги, упадешь!», «Не трогай, порежешься!», «Не подходи, собака укусит!» – подсознательно принимает это как указание к действию. Он оправдывает родительские ожидания!

Конечно же, такое ваше поведение может иметь и обратный результат: превратить кроху в **трусиху**. Все зависит от того, к чему он предрасположен.

Но в любом случае избыточная забота, жесткие ограничения, повышенная тревожность наносят немалый вред малышу. Таким образом, родители сами зачастую притупляют инстинкт самосохранения ребенка. Оберегая, тормозя, настойчиво предупреждая об опасности, мы нередко формулируем посыл (точнее, так его воспринимает малютка на бессознательном уровне): сделай именно так – и мама будет довольна. Оказывается, что многие дети, лишенные «ручного периода», те, которые «недополучили маму» в раннем младенческом возрасте, постоянно чувствуют эмоциональный голод, нехватку любви. Поэтому для них даже негативное внимание, «минусовый» опыт, боль и страдания – способ заполниться.

<http://tvoymalysh.com.ua>