

LĘKI ROZWOJOWE

Czego boją się dzieci?



0-6 miesięcy
halasy



6-9 miesięcy
upadek
dorośli inni niż opiekunowie



2 lata

wyjazd mamy i jej nieobecność w czasie zasypiania
lęki wizualne
(duże przedmioty, ciężarówka, ciemne kolory, kapelusze)
lęki dźwiękowe
(grzmot, splukiwanie wody w WC)
zwierzęta (dzikie)
deszcz i wiatr
potwory



2,5 roku

lęki przestrzenne
(zmiany w otoczeniu, zmiany miejsca przedmiotów)
zbliżające się duże przedmioty



3 lata

wieczorne wyjścia rodziców
starsi i pomarszczeni ludzie
maski (czarownice, przebrania)
zwierzęta
ciemność



4 lata

wieczorne wyjścia rodziców
nowe i nieznanne odgłosy (np. dźwięk silnika)
dzikie zwierzęta
ciemność



5 lat

konkretne lęki:
przed upadkiem, potłuczeniem się, pogryzieniem przez zwierzę
obawa, że mama nie wróci do domu
ciemność

Ilość lęków maleje - dominują wizualne



6 lat

bodźce dźwiękowe (dzwonek do drzwi, telefon, nieprzyjemny głos, spluczka, odgłosy owadów)
świat nadprzyrodzony (duchy, wiedźmy)
pozostanie samemu (bycie samemu w domu i w pokoju, lęk, że ktoś chowa się pod łóżkiem)
obawa przed zgubieniem się (dziecko boi się iść samo do lasu)
żywioty

Ilość lęków wzrasta - dominują dźwiękowe



7 lat

lęki wizualne
ciemność, strych, piwnice
działa wyobraźni: cienie wydają się duchami i wiedźmami
lęk przed ludźmi chowającymi się w szafach albo pod łóżkiem
lęk przed szpiegami i włamywaczami
lęk przed brakiem akceptacji ze strony innych ludzi
lęk przed wojną

Dużo lęków - strach może być podsycony przez telewizję, radio, książki



8-9 lat

lęk przed porażką i niepewność swoich umiejętności
lęk przed odrzuceniem

Dzieci zazwyczaj nie boją się już wody i ciemności, potrafią ocenić sytuację. Lęków jest mniej i stają się mniej intensywne.



10 lat

węże (i dzikie zwierzęta)
przestępcy (włamywacze, mordercy)
wysokie pomieszczenia
ogień

Spora lęków, ale mniej niż w wieku nastoletnim. Dzieci potrafią wymienić, czego się już nie boją (np. psów, ciemności, zostania samemu w domu)

Opracowano na podstawie:
Frances L. Ilg, Louise Bates Ames, Sidney M. Baker,
Rozwój psychiczny dziecka od 0 do 10 lat, GWO 2012.