

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 70 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга

Консультация для родителей

«Воображаемый друг»



Педагог-психолог
Федорова Кристина Игоревна

Санкт-Петербург
2024

Воображаемый друг

Почему дети выдумывают себе приятелей?

Иногда взрослые сталкиваются с ситуацией, когда ребёнок начинает рассказывать о каком-то не существующем в реальности «друге». Поначалу это может казаться забавным, но чувство тревоги со временем нарастает. А не опасно ли это? Может, это симптом отклонения? Скорее всего - нет! Воображаемые друзья у детей появляются из здоровой богатой фантазии. Они помогают детям выразить собственные чувства и дают возможность практиковать социальные навыки. Две трети детей имеют какого-либо воображаемого друга. И если однажды ваш малыш познакомит вас со своим воображаемым приятелем, подыграйте ему.

Какие же они - воображаемые друзья?

Дети, начиная с двух с половиной лет, чаще всего начинают придумывать себе товарищей. Согласно исследованиям, воображаемый друг может пробыть от нескольких месяцев до года. Но не забывайте, что ваш малыш уникален и сколько будет гостить его виртуальный партнёр по играм будет зависеть от его фантазии и от ваших действий. Ребёнок может придумать себе товарища любой формы и размера. Фантазия может подпитываться образами, подсмотренными в мультиках, в иллюстрациях книг, в журналах и комиксах. Или же друг может быть «выдуманным из головы», подобно «бьяке-заколяке». Это может быть постоянный спутник ребенка или «приходящий» партнёр для игр. Некоторые воображаемые друзья существуют только в конкретном месте: только на даче, во дворе либо дома. Они будут появляться и исчезать внезапно.

Каждый ребёнок - большой выдумщик и фантазер. Особенно это касается детей в возрасте от 3 до 5 лет. Воображение детей в этот период отличается живостью и отсутствием критичности.

Ребенок до 5 лет ещё не может полностью отделить свои фантазии и переживания от реальности. Поэтому малыш легко связывает в своём воображении несовместимые ситуации.

Так, например, он может представлять, что подружился с Буратино или, что его кровать - это плывущий по волнам корабль.

Впечатления, которые получает ребёнок – яркие и насыщенные. Они не сразу «укладываются» в голове, а потому нуждаются в «проигрываниях». То, что волнует и затрагивает ребёнка, повторно переживается и переосмысливается им через творческую деятельность (лепку, рисование), игру или детские фантазии.

Иной раз среди многочисленных выдумок маленького фантазёра появляются вымышленные персонажи, например, несуществующие друзья. В одних случаях эти фантазии малыша сиюминутны, а в других – приобретают устойчивый характер.

Детские психологи отмечают, что около 30% детей в возрасте от 3 до 5 лет имеют воображаемых партнеров.

Почему же нашим детям не хватает Крокодила Гены? Зачем они выдумывают своих?

Давайте разбираться.

Главные причины

Чаще всего ребята «заводят» себе вымышленных друзей, просто потому что хочется пофантазировать. Мечтать, прикасаться к волшебству, сочинять свою собственную сказку.

Нормально ли это? Да! До семи лет это не просто нормально, а говорит о том, что у ребёнка отлично развито воображение. Не стоит ему мешать. Однако очень важно присмотреться и понять, нет ли тут другой, более серьезной причины.

- **Одиночество:** ребёнок не вписался в коллектив, потерял близкого друга, замкнулся в себе.
- **Отсутствие впечатлений:** например, ребёнок заболел, да не простудой на неделю и даже не ветрянкой на три, а лежит дома или в больнице месяцами, и вокруг ничего интересного не происходит. Вот бы было классно, чтобы прилетел какой-нибудь волшебник и унёс тебя с собой в тридевятое царство! Хотя бы до ужина.
- В результате травмирующего события (смерть близкого, развод родителей) воображаемый друг может появиться не только у дошкольника, но даже и у подростка. Это, наверное, наиболее

тяжёлый случай, требующий аккуратного, но срочного вмешательства.

- Следующей причиной можно назвать страх. Если в жизни ребёнка страха очень много, то он может выдумать друга, чтобы преодолевать все невзгоды вместе. Ведь и нам по тёмному переулку идти с кем-то вдвоём намного легче. Вот и ему засыпать в тёмной комнате с «монстром под кроватью» страшнее одному, чем с невидимым товарищем.
- Страх наказания. В этом случае друг не от монстров охраняет. Это будет посерьёзнее. Опасаясь родительского гнева, ребёнок валит вину за любой проступок на воображаемого приятеля. Он ему нужен для самообороны от самых близких. И это само по себе травмирует детскую психику.

Ваш ребёнок может спорить с воображаемым другом, испытывая на прочность разные точки зрения. Может соглашаться с тем, что скажет воображаемый приятель. Эта фантазия служит инструментом для изучения малышом выдуманного мира, созданного им самим. Дети, которые имеют воображаемых друзей, могут проявлять большую изобретательность, склонность фантазировать и выдумывать разные волшебные истории.

Понаблюдав за ребёнком, можно понять сценарий игры с воображаемым партнёром. Малыш охотно рассказывает о друге, о том, что тот думает и чувствует. Это своего рода окно во внутренний мир вашего ребёнка. Можно понять, что он любит, а что - нет, его вкусу. Дети, придумывающие себе воображаемых друзей, менее стеснительны и проявляют больше сочувствия. Исследования говорят о том, что, повзрослев, эти люди бывают более внимательны к окружающим, чем те, у кого в детстве не появился воображаемый друг.

Как реагировать родителям?

Итак, мы разобрались в причинах появления у ребёнка несуществующего друга. Что делать дальше: запрещать? подыгрывать? игнорировать? Решение будет зависеть от конкретной причины.

Если малыш просто фантазирует (а это наиболее распространённый вариант), то развивайте эти фантазии, делайте их более реалистичными:

пишите вместе сказки, рисуйте несуществующего товарища, расспросите, какой он и что любит. В этом случае достаточно медленно переводить детскую фантазию из плоскости совсем невидимого в видимое.

Если ребёнок не может найти друзей и заменяет их вымышленными — помогите ему выстроить отношения в реальном мире. Отдайте сына или дочку в кружок по интересам, пригласите кого-то или сами сходите в гости.

Когда проблема в нехватке впечатлений на серьёзном больничном, сейчас есть возможность позвать в палату волонтёра или даже платного аниматора, а дома самим устроить кукольный театр. Налаживайте контакт, находите время в своем сложном графике. Заменяйте невидимого приятеля собой.

Со страхами отдельная работа, и по этой теме есть много книг и статей: не замалчиваем пугающее событие, не прячем ребёнка от него, а постепенно подводим знакомиться. Боится темноты — планируем ужин при свечах. Боится собак — изучаем породы и через некоторое время идём на выставку. Если ребёнок не боится, то и товарищ для преодоления страха ему будет не нужен.

О страхе наказания, когда ребёнку нужен нафантазированный товарищ, чтобы спихнуть ответственность за разбитую вазу, наверное, понятно и без подсказок: меняем свою родительскую позицию в этом вопросе. Меньше ругаем, выражаем свое недовольство мягче и корректнее.

В самом сложном случае — травме потери близкого или разводе родителей — обязательно ведём ребёнка к психологу. И взрослому справиться с горем в одиночку трудно, а ребёнку — трудно вдвойне.

Общие рекомендации

- Не нужно рассказывать ребёнку, что вымышленный друг — признак сумасшествия.
- Лучше признавать этого друга, узнать о нем побольше. Если ребёнок говорит, что товарищ будет с вами обедать и хочет поставить тарелку для него, — не взывайте к голосу разума, а просто дайте тарелку.

- Но и не иницилируйте сами общения с несуществующим приятелем, если речь о нем не заходит: не нужно на следующий день спрашивать, будет ли он с вами снова обедать, и ставить тарелку без запроса.
- Перекладывание ответственности за проступки нужно пресекать, но мягко: твой друг насорил? Ладно, но вам с ним сейчас надо будет пропылесосить.

Когда стоит бить тревогу?

- Ребёнку больше семи лет, а воображаемый приятель так и живет с вами.
- Ребёнок играет только со своим невидимым товарищем.
- Игра ребёнка и его несуществующего друга носит агрессивный, жестокий характер, присутствуют ссоры между ними.
- Ухудшился сон, аппетит, самочувствие.
- Ребёнок путает реальность и фантазии и сложно переходит от одного к другому.

Но эти проявления скорее редкость, а в остальное время выдуманнные друзья — это всего лишь часть детства. Каждый второй ребёнок в том или ином возрасте дружит с невидимым товарищем. Давайте дадим ему право на существование!

Чем заняться дома?

Можно прочитать ребёнку по теме книги от 3 до 7 лет:

- Лиззи Стюарт «Тигр в саду». Книжка-картинка про маленькую девочку, в чьём саду живет тигр. Во всяком случае, бабушка так утверждает. А бабушке нельзя не верить. В книге не очень много текста, но она вся про чувства и эмоции ребёнка.
- Джим Хелмор «Снежный лев». Здесь отлично описано, как же научиться дружить с реальными ребятами и отпустить придуманных друзей.
- Квентин Гребан «Как воспитать мамонта». Невероятно добрая и смешная сказка для совсем юных фантазеров.