

Консультация для родителей «Детские страхи»

Подготовила педагог-психолог Дадаян С.В.

Взрослея, ребенок расширяет свой кругозор, интересуется окружающим миром и развивает фантазию. Появляются детские страхи. Для каждого возраста характерны свои страхи:

- 1-3 года: громкие звуки, расставание с мамой, чужие люди, купание (боязнь водостока в ванной комнате, воды в бассейне или в море, первые осознанные кошмары во сне, неожиданное пробуждение; травмы и падения; унитаз и процесс спуска воды; погодные явления - ураган, гроза.

- 3-6 лет: громкие звуки, плохие сны, темнота, огонь, больницы и врачи, гроза, боязнь потерять близких (маму, папу, бабушку т. п.), боязнь собак.

- 6-7 лет: дошкольный возраст, где больше всего страхов! Громкий шум, громкие звуки бытовой техники; вымышленные герои: Баба Яга, чудовище, леший и прочий потусторонний мир: приведения, зомби, вампиры, оборотни и т. п. Травмы и вид крови, врачи. Боязнь темноты и ночных кошмаров. Боязнь наказания родителей. Боязнь нового коллектива: переход в другой детский сад, поход в школу. Боязнь недопонимания сверстниками. Боязнь оставаться одному в помещении (*в комнате или одному дома*). Боязнь высоты.

Как надо вести себя с ребенком испытывающий страх.

Первым делом надо выяснить причину и помнить, что страхи имеют произвольный и неосознанный характер.

Понимать, что ребенок не может управлять своим поведением и не владеет собой, поэтому словесные убеждения неэффективны.

Ни в коем случае нельзя наказывать и запугивать ребенка в целях воспитания.

Перегружать фантазию и воображение ребенка пугающими его сказками, историями.

Обязательно обращать внимание на страхи ребенка и помочь преодолеть его.

Не злоупотреблять чтением с вымышленными "страшными" героями и просмотрами фильмов.

Обучать терпимости к страху и управлению им, противодействие источнику страха (например, драчуна, которого ребенок боится, можно запугать ему самому, а не просто отступить перед ним. Чудовища, которого боится ребенок, попросить нарисовать и сделать из него посмешище, дорисовав ему различные смешные детали.)

Поиграть в пугающее его событие в ролевой игре. Например, ребенок боится собак; поиграйте в пограничника, где он будет пограничником с собакой. Или расскажите, как игрушечная собачка переживала и расстраивалась, когда он убежал от нее, а ей так хотелось поиграть с ним. Главное, что игра должна быть интересной, захватывающей и иметь конечный результат - убеждение ребенка в том, что страх напрасный.

Главное не принуждайте ребенка делать то, что он еще не в силах сделать!