

СТРАХИ ЭТО СЕРЬЕЗНО

Опыт работы педагога - психолога
МДОУ №4 г. Златоуста
Владельщиковой Т.Г.

Что такое страх?

Взрослый человек был бы потрясен, если бы ему удалось заглянуть в мир детских страхов: обрывки сказок, кадры из фильмов, тень от дерева на окне, причудливое пятно на потолке, соседская собака — все это причудливым образом переплетается в детском сознании. Маленьким мужественным созданиям предстоит со всем этим справиться, ведь период детских страхов — это естественный этап взросления. Основные помощники в победе над собой — мама и папа.

Человеку свойственно чего-то бояться. А уж ребенку тем более. Еще бы, ведь его окружает такой огромный и пока еще неизведанный мир. Порой малыша может испугать то, что любому взрослому покажется глупостью. Самое распространенное мнение, что дети боятся всякой ерунды, но это только нам, взрослым так кажется.





Для ребенка страх является наиболее опасной из всех эмоций.

Многие дети боятся темноты или заглянуть под кровать в опасении увидеть там страшное чудовище. А кто-то опасается собак или пауков. Хотя некоторых животных опасаться нужно, но когда страх становится паническим, когда он мешает ребёнку уснуть по вечерам, не способствует его нормальной деятельности, мешает приспособиться в детском коллективе, вот тогда он становится проблемой, с которой нужно бороться.



Чтобы бороться с детским страхом, нужно разобраться в причинах его образования, понять, откуда он пришёл. Очень часто виноваты в этом сами взрослые.

Неосторожные беседы взрослых при детях, наполненные негативными переживаниями и собственными страхами, воспринимаются открытым детским сознанием, порождают пугающие фантазии и веру в существование страшных чудищ.



Иногда взрослые в стремлении повлиять на поведение ребёнка запугивают его тем, что отдадут его в чужие руки или пугают представителями определённых профессий (врачом или милиционером и тому подобное). Согласно статистическим данным именно страх, остаться без родителей наиболее распространён среди малышей.



**Наше телевидение также может
быть одной из причин
порождающих страх у ребёнка.
Фильмы, наполненные жуткими и
кровавыми сценами, новости,
рассказывающие о криминальных
фактах, автокатастрофах или
просто несчастных случаях
будоражат детскую фантазию,
особенно у эмоциональных,
восприимчивых ребят.**



Родителям следует внимательней относиться к тому, что смотрят их дети по телевизору и сколько времени они проводят перед ним. Но не стоит вводить резкие и категорические запреты. Взрослый должен тактично и хитро постараться переключить внимание ребёнка на другие занятия, заинтересовав его какой-нибудь игрой, рассказом, рисованием или лепкой из пластилина. Отвлекающих способов можно придумать много. Главное чтобы они вызывали живой интерес у ребёнка и подавались с соответствующей эмоциональной окраской.

Как же победить детский страх?



Лучшее оружие против страха – смех!



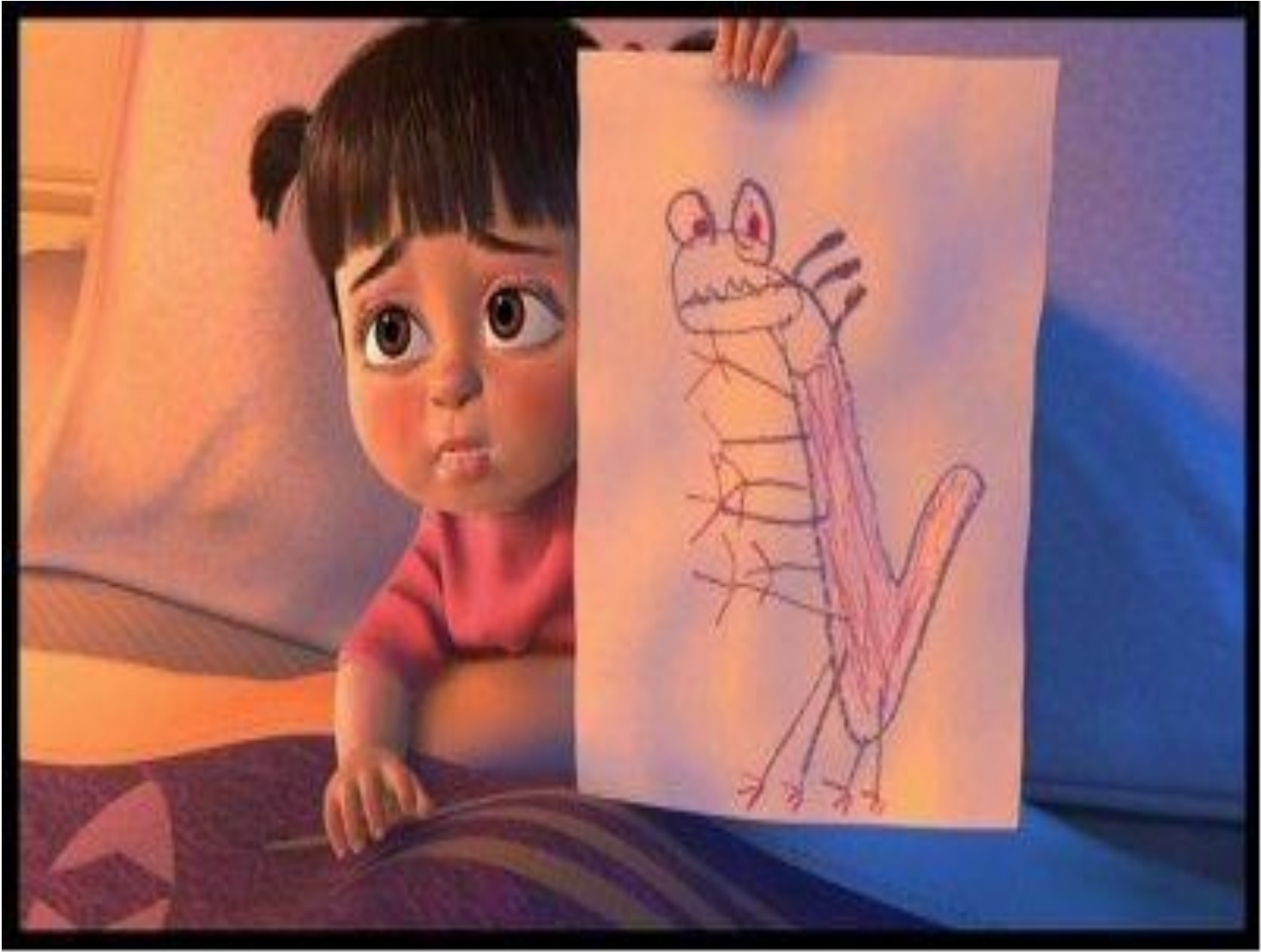
Один из приёмов осуществления такого подхода – это рисование.

Можно попросить ребёнка нарисовать свой страх. А затем попробовать предложить ему сделать какие-нибудь изменения или дополнения. Например, заключить страшное чудище в клетку или дорисовать к нему элементы вызывающие смех – кастрюлю на голове, свисающую на ушах лапшу, огромный комичный нос и так далее.



**Если такой способ не действует, то
можно представить страх
дружелюбным и объяснить ребёнку,
что чудище такое страшное потому, что
с ним никто не дружит, все его боятся.
От этого оно несчастное и на самом
деле доброе**





Не всегда удаётся победить страх ребёнка сразу за один приём. Иногда на это нужно время, тактичное и внимательное отношение к малышу. Но, ни в коем случае не следует высмеивать его боязнь.

Несколько советов родителям:

- **Выясните причину страха.**
- **Пусть ребенок рисует свои страхи, сочиняет сказки, в которых он сильный и смелый;**
- **Если малыш боится темноты – зажгите лампу, откройте дверь, положите ему в кровать любимую игрушку, игрушечное оружие, оно поможет малышу чувствовать себя увереннее (положите на ночь рядом с кроватью, что бы он мог «защититься»);**
- **Учите преодолевать страх с помощью игр, рисования, проигрывания ситуаций;**
- **Поощряйте развитие самостоятельности, пусть ребенок чувствует, что он многое умеет, многое знает;**
- **За страхи нельзя ругать, наказывать, стыдить.**



Будьте терпимы к
ребенку и помните, что
в Ваших силах
вытеснить страх из
души малыша навсегда.

Оставляя его там

нельзя!

