

Если ребенок испытывает страхи

Страхи возникают потому, что у дошкольников сильно развито воображение и потому, что как раз в этом возрасте в их сознании начинают возникать причинно-следственные связи, например: «Если темно — не видно опасности, а если ее не видно — я не смогу защитить себя». Дети переживают период конфликта с собой, когда они уже хотят быть независимыми, и, в то же время, им еще нужна защита взрослого.

Некоторые одаренные дети проявляют повышенные страхи из-за того, что у них больше развито воображение, интеллект. В их голове возникают самые невероятные взаимосвязи, в то же время, правильно относиться к ним ребенок еще не умеет.

Страхи перед чудовищами могут представлять собой проявление повышенной тревожности ребенка.

У детей раннего возраста страхи могут развиваться вследствие того, что мир для них все еще остается далеко не во всем понятным.

Переживать страхи — это нормально, если только они не начинают мешать ребенку играть, заводить друзей и быть (в разумных пределах) самостоятельным.

Как предотвратить проблему

- Создайте у ребенка ощущение безопасности. Это можно сделать, соблюдая режим, находя время для общения с ним.
- Относитесь с участием ко всем чувствам ребенка, даже если вам не нравится, как ребенок себя ведет: «Я вижу, ты испугался. Думаю, я тоже испугался бы этой большой собаки».
- Разными методами помогайте ребенку выразить свои страхи и опасения. Для этого можно: поговорить о них; нарисовать их; сочинить страшные истории и записать их.
- Почитайте книжки, лучше всего традиционные сказки, в которых говорится о том, как героям удалось преодолеть трудности и спастись от опасностей.

Как справиться с проблемой, если она уже есть

- Не поддавайтесь соблазну сказать что-то вроде: «Нечего тут бояться».
- Никогда насильно не заставляйте ребенка сделать то, чего он боится.
- Старайтесь поддержать его: «Я знаю, что ты боишься темноты, давай оставим дверь приоткрытой. Я буду в соседней комнате, и ты всегда сможешь позвать меня».



Подготовила педагог-психолог Матушкина Н.Г.