

## **Какие страхи могут возникнуть у ребенка-дошкольника?**

У детей богатое воображение, их нередко поражают разные ужасы - это боязнь сказочных персонажей: Змея Горыныча, бабы-Яги; страхи, возникающие в процессе засыпания, боязнь неприятных сновидений; страх перед животными- собаки, страх падения с высоты, в глубину, страх огня и пожара, а также страх наказания со стороны родителей.

### **Давайте посмотрим, какие же страхи есть у наших детей.**

Следует иметь в виду, что большинство детей проходят в своем психическом развитии ряд возрастных периодов повышенной чувствительности к страхам. Все эти страхи носят переходящий характер.

С от 1 до 3 лет - главным персонажем страшных сновидений чаще является – Волк.

С от 3 до 5 лет часто встречается триада страхов: страх одиночества, темноты и замкнутого пространства. К Волку и бабе Яге присоединяются Кощей Бессмертный и Бармалей - они злые, коварные, воплощают собой наказания и появляются в воображении детей, боящихся быть наказанными.

Причем значительно меньше страхов у детей, которые общаются со своими сверстниками.

С от 5 до 7 лет – это период интенсивного развития абстрактного мышления. У детей формируются способности к обобщениям, поиску ответов на вопросы: откуда все взялось, зачем живут люди? А также формируются опыт межличностных отношений, система ценностей, чувство родства и дома. Типичные страхи этого возраста – черти как нарушители социальных правил и устоев, а также как представители потустороннего мира. Таким страхам больше подвержены послушные дети.

Ведущим страхом старшего дошкольного возраста является страх смерти. Появление этого страха означает постепенное завершение «наивного» периода жизни детей. Когда они верили в существование сказочных персонажей, бессмертие и чудесные явления. Категории смерти в 6-7 лет- это жизненная реальность, которую ребенок должен признать как нечто неизбежное в его жизни. Но именно нежелание признать это сразу и порождать страхи.

Детские страхи нормальные. От того, как на них реагируют родители, зависит, исчезнув они или останутся надолго.



### **Как Вы думаете, влияет ли состав семьи на наличие страхов у ребенка?**

У мальчиков из неполных (вследствие развода) семей страхов больше, чем при наличии полной семьи. У девочек подобные различия отсутствуют, так как мать и дочь образуют идентичную по полу диаду общения, которая позволяет девочке более уверенно вести себя среди сверстников.

## **Ваше мнение, влияют ли ссоры родителей на страхи детей?**

-Безусловно, они оказывают негативное влияние больше на девочек. При этом обнаружена зависимость между количеством страхов у детей, были присущие матери в детстве или проявляются сейчас. Это связано с общей эмоциональной чувствительностью матери и ребенка.

-Непроизводительная передача страхов ребенку матерью может происходить в процессе повседневного общения, когда она выражает опасностей (без особой нужды заставляет принимать лекарства, чрезмерно пугается при малейшем ушибе, излишне фиксирует внимание на страхах ребенка).

-Часто причиной большого количества страхов у детей является сдержанность родителей в выражении чувств при наличии многочисленных опасений и тревог. В более выраженных случаях речь идет об отсутствии теплоты в отношениях, эмоциональном неприятии ребенка, особенно если он нежеланный или его пол не соответствует ожиданиям родителей.

-Излишняя строгость родителей также способствует появлению страхов. Чем больше мать запрещает дочери или отец сыну, тем больше вероятность появления у них страхов.

-Подобные действиям обладает и вседозволенность для ребенка со стороны родителя другого пола, т. е. страхов больше, если мать идет во всем навстречу сыну, а отец - дочери.

-Часто, не задумываясь, родители сами внушают детям страхи своими нереализованными угрозами типа: «Заберет тебя дядя в мешок», «Не будешь слушаться, сделаю тебе укол». Подобные угрозы вызывают страхи в основном у младших дошкольников, когда ребенок боится разлуки с мамой, верит в реальность угроз и в существование сказочных персонажей.

- У старших дошкольников возникновению страхов способствуют оскорбления, унижающие достоинство и подрывающие веру в себя типа бестолочь.

Страхи возникают в результате сильных испугов, представляющих угрозу для жизни - несчастный случай, тяжелая болезнь.

Жизнь людей наполнена разлуками. Особенно мучительны разлуки для малышей. Дети часто испытывают страх, когда впервые проходят в детский сад, и родители оставляют их там одних. И это нормально. Это положительный признак. Это значит, что ребенок привязан к Вам. Наша задача смягчить его боль и помочь привыкнуть к новой для себя обстановке. При этом лучшее средство ласка.

Помните, заставлять ребенка есть насильно – вредно с психологической и медицинской точки зрения. Необходимо осознать причины отказа от пищи. Плохой аппетит может быть следствием имеющихся у ребенка заболеваний, плохого самочувствия, неправильного питания, отсутствия режима или наличия у ребенка всевозможных страхов. Эти все страхи - возрастные, т.е. страхи, возникающие у эмоционально чувствительных детей, являются следствием их психологического и личностного развития.

Есть и вторая группа страхов – невротические, которые оказывают неблагоприятное влияние на формирование характера и личности. Невротические страхи – это один из симптомов невроза как психогенного заболевания. Невротическими страхи становятся в результате длительных и неразрешимых переживаний или психических потрясений. Наличие многочисленных страхов при неврозах является признаком недостаточной уверенности в себе, отсутствие адекватной психологической защиты, что неблагоприятно сказывается на самочувствии ребенка и создает еще большие трудности в общении со сверстниками.

Чаще всего страхами подвержены чувствительные дети, испытывающие эмоциональное затруднение в отношениях с родителями, дети, чьи представления о себе искажены эмоциональными неприятием в семье или конфликтом, они могут полагаться на взрослых как на источник безопасности, авторитета и любви.

Лежащие в основе невроза страха боязнь смерти всегда свидетельствуют о наличии серьезных эмоциональных проблем во взаимоотношениях с родителями, проблем, которые не могут быть решены сами детьми. Поэтому прежде чем оказывать помощь этим детям, необходимо разобраться в их переживаниях. Непонимание ребенка, угрозы лишения родительской любви усиливают страх, делая его все более труднообратимым.

Главный фактор, препятствующий избавлению детей от страха, - неблагоприятное нервно-психическое состояние самих родителей и конфликты в семье.

Неприятные эмоции- гнев, злоба, агрессия. Эти чувства можно назвать разрушительными, так как они разрушают самого человека (его психику, здоровье), его взаимоотношения с другими людьми.

## **Как вы думаете, что нужно любому человеку?**

Человеку нужно: чтобы его любили, понимали, признавали, уважали; чтобы он был кому-то нужен и близок; чтобы у него был успех в делах, учебе, на работе; чтобы он мог реализовать себя, развивать свои способности, самосовершенствоваться и уважать себя.

Счастье человека зависит от психологического климата той среды, в которой он растет, живет, работает. А также от эмоционального багажа, накопленного в детстве. А этот климат и багаж зависят от стиля общения, и прежде всего – родителей с ребенком.

Ученые обнаружили, что самооценка – отношение к самому себе – влияет на жизнь и судьбу человека. Дети с низкой самооценкой, но вполне способные, хуже учатся, плохо ладят со сверстниками и взрослыми.

## **Как Вы считаете, когда закладывается основа самооценки?**

Очень рано, в самые первые годы жизни ребенка, и зависит от того, как с малышом обращаются родители. Если они понимают ребенка и терпимо относятся к его «недостаткам» и промахам, ребенок вырастает с положительным отношением к себе. Если же ребенок постоянно «воспитывают». Критикуют и муштруют, самооценка оказывается низкой, ущербной. Каждым обращением к ребенку – словом, делом, интонацией, жестом, нахмуренными бровями и даже молчанием мы сообщаем ему о себе, своем состоянии.

Наказание ребенка чаще всего воспринимается как сообщение: «Ты плохой». Наказание усугубляет ощущение ребенка о неблагоприятии и несчастьности. В результате он приходит к выводу : «Ну и пусть, я плохой». Это вызов, за которым скрывается горечь отчаяния. В результате ребенок становится «трудным» и для себя, и для окружающих.

## **Как же победить страх?**

Страхи и кошмары – явление негативное. Наша задача – помочь ребенку побыстрее с ними справиться . Как же это сделать?

Наладить тесный контакт с ребенком. Он должен доверять родителям и верить в то, что его любят.

- Установить спокойные внутрисемейные отношения. Не допускается выяснение отношений в отсутствие ребенка. Если страхи остаются, обязательно нужно обратиться к специалисту.