

Как быть со страхами детей?

Страх – это естественная эмоция, которую порой испытывают все живые существа.



Детям свойственно бояться, поскольку они физически слабы, зависимы и не всегда способны себя защитить. В определенные периоды жизни страхи являются естественной реакцией на непонятное, неизвестное. Ребенок постепенно наращивает в себе способность и умение справляться с самыми разными ситуациями, представляющими для него угрозу. Однако некоторые дети испытывают навязчивые страхи (боятся собак, темноты и т.п.).

Ваш ребенок может быть пугливым и часто испытывать страх, если:

☀ он очень восприимчив и у него развито воображение;

☀ он обладает слабым типом нервной системы, впечатлителен и раним;

☀ его безопасность была нарушена ранее из-за какого-то



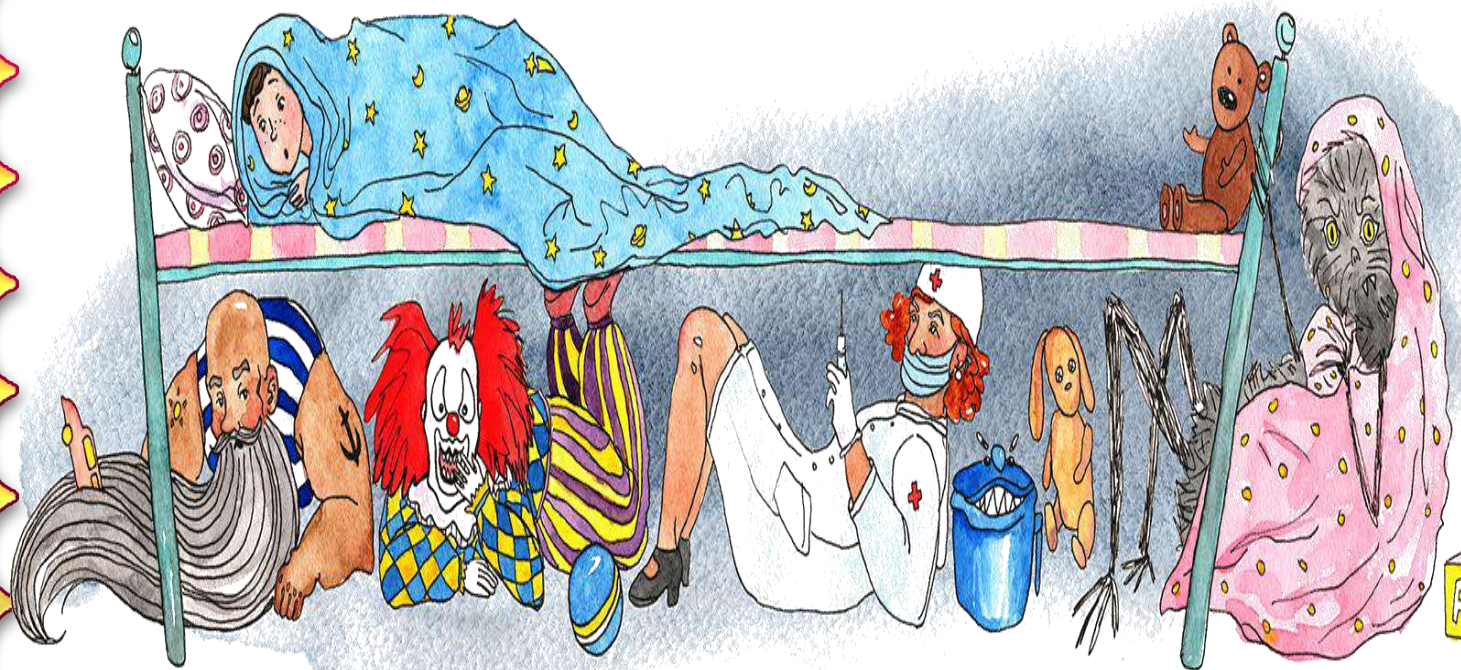
происшествия, события,

он получил психологическую травму; в семье или окружении ребенка происходили потери, тяжелые болезни, необъясненные ребенку события;

☀ взрослые чрезмерно опекают ребенка и не дают ему самому справиться с какими-то делами и ситуациями, он не уверен в своих силах, очень сильно опирается на взрослых;

☀ его осуждают или наказывают за проявленный страх.

Существует *возрастная специфика* детских страхов.



В 2—3 года ребенок может бояться наказаний, боли (например, у врача), громких звуков, замкнутого пространства, одиночества и особенно темноты.

В 3—4 года, появляются страхи, связанные с развитием фантазии ребенка, страх сказочных персонажей.

У детей 6—7 лет (а иногда и раньше) может появиться страх смерти, своей или своих близких.

Родителям важно знать, что:

☀ Детские страхи — это нормально и часто неизбежно, поскольку дети ощущают себя маленькими, физически слабыми в сравнении с любым взрослым.

☀ Страх — это здоровая реакция на реальную или потенциальную угрозу. Страх субъективен. И если вам не страшно, это не значит, что не страшно тому, кто рядом с вами.



☀ Мальчики боятся не меньше, чем девочки, поскольку они все равно физически слабее любых объектов и явлений взрослого мира.

☀ Начиная с 5—6 лет, дети начинают осознавать и перерабатывать тему смерти. Это естественный и необходимый ребенку процесс.

Данную информацию можно найти на официальном сайте
МАДОУ №13

<http://www.ds13.snzsite.ru/index.php>