РЕБЕНОК СО СТРАХАМИ

AND TANDE TANDE TANDE TANDE TANDE TANDE TANDE TANDE TANDE

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.). Всем детям важно научиться обходиться со своими страхами, а тем, кому страхи существенно осложняют жизнь — особенно.

Причина возникновения страхов

Биологическая предрасположенность – особенности свойств нервной системы ребенка — повышенная эмоциональная чувствительность, впечатлительность, ранимость. Внутрисемейные причины — высокая тревожность родителей; особенности воспитания — многочисленные запреты со стороны родителей, гнев и угрозы взрослых в адрес ребенка, запугивание; семейные конфликты, за которые ребенок чувствует вину.

Взаимоотношения со сверстниками — детский коллектив не принимает ребенка, обижает его, он боится быть униженным. Детская фантазия, развитое воображение — нередко ребенок сам придумывает себе предмет страха. Конкретный случай, который напугал ребенка (например, укусила собака).

Существуют типичные страхи, свойственные детям в том или ином возрасте. В 2-3 года ребенок может бояться наказаний, боли, 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.

Как реагировать на детские страхи:

- → Не стоит разубеждать ребенка, говорить, что бояться нечего. Он уже боится. Мягкое реагирование на страхи ребенка, теплота и принятие, поддержка и понимание лучше и результативнее, чем убеждение.
- → Не следует ругать или высмеивать ребенка за проявление страха он почувствует себя более беспомощным и «плохим», замкнется в себе.
- ↓ Если ребенок хочет поделиться с вами, поговорите с ним. Страх уменьшается или даже исчезает, если есть с кем его разделить.
- ↓ Дети часто рисуют или проигрывают свои страхи. Игра и рисование позволяют прожить в воображаемой реальности волнующую или пугающую ситуацию, эмоционально отреагировать на нее.
- ↓ Лучше всего быть рядом, когда ребенку страшно, расспрашивать его том, чего он боится, что может случиться, вместе придумывать способы (включая волшебные) справиться с этой ситуацией.

THE COUNTY OF TH