



СТРАХИ У ДЕТЕЙ

Страхи у детей дошкольного возраста требуют внимательного отношения взрослых. Страх, являясь одной из фундаментальных эмоций человека возникает в ответ на действие угрозы. Проявления страха у детей дошкольного возраста разнообразны, например, от совершения большого количества лишних движений (суетливость) и многословности до полного оцепенения, когда ребенок замолкает и замирает.

Состояние данной проблемы сегодня, с одной стороны, ухудшается тем, что практически исчезли дворовые компании сверстников, естественным образом осуществлявшие оказание превентивной помощи детям по преодолению своих страхов, а с другой стороны – тем, что с каждым годом происходит ухудшение психического здоровья детей.

В дошкольном возрасте отмечается наибольшее количество страхов у детей. Связано это прежде всего, с интенсивным развитием эмоциональной сферы у ребенка дошкольного возраста, с осознанием проблем жизни и неизбежной смерти. Как правильно реагировать взрослым на возрастающее количество страхов у детей дошкольного возраста? Как помочь ребенку, когда он боится?

Разберемся: у каких детей возникает большое количество страхов? Можно с уверенностью утверждать, что страхов гораздо больше у эмоционально чувствительных и впечатлительных детей, а также у детей тревожных родителей, у детей, которые растут в атмосфере семейного психологического неблагополучия (конфликты, разводы), да и просто у детей, которые по тем или иным причинам недополучили от родителей уверенности в своих силах. В этих случаях, почва для возникновения страхов уже подготовлена, остается лишь появиться угрожающему стимулу, который и спровоцирует неадекватное поведение ребенка.



Следующий вопрос: страхи у ребенка – это хорошо или плохо? Ведь страх выполняет функцию защиты и мобилизации сил организма ребенка перед лицом опасности. Лишившись страхов, ребенок будет беззащитен и не сможет адекватно ответить на опасность. Но и отрицательная роль у страхов тоже есть – когда он может буквально парализовать ребенка или способствовать развитию у него тревожности, невротических проявлений.

В проблеме страхов у детей большое значение имеет профилактическая работа. Проявления страхов у детей, которые мешают ребенку адаптироваться в социальной действительности, заметны и вызывают необходимость обратиться к специалисту. Отравляющее воздействие страхов на психику происходит постепенно и незаметно, формируя тревожно-мнительные черты характера.

Как можно помочь ребенку?

- Прежде всего, можно проанализировать происхождение страхов, поскольку часто случается, что взрослые сами приложили много усилий для появления страхов у детей: сами много боятся, не пытаются преодолевать свои страхи, а наоборот, внушают их детям. Такое поведение
- Страхи терпеть не могут, когда в них пытаются играть, когда их пробуют нарисовать (а детям легче проиграть или нарисовать травмирующую ситуацию, чем рассказать о ней).
- Отношение взрослых к страхам должно быть внимательным, но не чрезмерным, чтобы не закрепить неадекватное поведение ребенка.
- Если вы почувствовали, что у вашего ребенка возможны страхи – лучше всего проконсультироваться у специалиста.

Подготовила:

педагог-психолог – Голубкина Татьяна Юрьевна

