

*Играйте всей семьёй.
Любите своего ребёнка
таким, какой он есть. В
общем, будьте ему добрым
другом и хорошим
наставником.*



Детские страхи и причины их возникновения

Учитель начальных классов
Соболева Н.Н.

Государственное общеобразовательное
учреждение Республики Коми
«Специальная (коррекционная) школа № 40»
г. Сыктывкара

Страхи – это ощущение беспокойства или тревоги, возникающее в ответ на реальную или воображаемую угрозу для жизни или благополучия.

У детей страхи, как правило, являются результатом психологического воздействия взрослых людей (чаще всего родителей), или самовнушения. Появление такой проблемы у ребёнка – повод задуматься родителям. Не стоит оставлять её без внимания, ведь невротические проявления у взрослых людей часто бывают следствием не разрешившихся детских страхов. Страхи у детей появляются вместе с познавательной деятельностью, когда ребенок растёт и начинает исследовать окружающий мир. Он развивается в социуме, и ведущую роль в воспитании играют взрослые.

Причины возникновения детских страхов

Первая и наиболее понятная причина – **конкретный случай**, который напугал ребенка (укусила собака, застрял в лифте). Такие страхи легче всего поддаются коррекции. Самые распространенные – это **внушенные страхи**. Их источник – взрослые, которые непроизвольно, иногда эмоционально, предупреждают ребенка об опасности. Ребенок воспринимает только вторую часть фраз: "Не ходи – упадешь". Такие страхи могут зафиксироваться на всю жизнь. Еще одна – **детская фантазия**. Ребенок нередко сам придумывает себе предмет страха. Чувство страха может сформироваться **из-за внутрисемейных конфликтов**. Очень часто ребенок чувствует вину за конфликты родителей или боится оказаться их причиной. Нередко причиной страха становятся **взаимоотношения со сверстниками**. Если детский коллектив не принимает ребенка, его обижают, вполне вероятно, что он боится быть униженным, не хочет идти в школу. Более сильный ребенок может запугивать малыша разными историями. Причина последняя – **наличие более серьезного расстройства – невроза**, которое должны диагностировать и лечить медицинские работники.

Чем родители могут помочь ребёнку:

Внимательно выслушать и понять чувства ребенка

Заверить в том, что вы его очень любите, и всегда защитите

Развеять фантазии малыша реальностью

Рассказать, что если придерживаться определённых правил, то всё будет хорошо!

Запомните то, чего делать нельзя:

Наказывать ребёнка за его страхи

Насмехаться над ним

Пытаться насильно поместить малыша в этот страх

Позволять бесконтрольно смотреть фильмы ужасов или читать книги со страшными сюжетами.

