

Страхи у детей

Страхи у детей – это хорошо или плохо? Ведь страх выполняет функции защиты и мобилизации сил организма ребенка перед лицом опасности. Лишившись страхов, ребенок будет беззащитен и не сможет адекватно ответить на опасность. Отмечая положительное отношение страха, тем не менее остановимся на отрицательной роли страха, когда он может буквально парализовать ребенка. Ведь ребенок, дошкольного возраста не всегда способен справиться с тем отрицательным зарядом. Который несет в себе страх.



Чего боятся страхи?

Страхи больше всего боятся, поэтому просто необходимо увидеть смешное в страшном.

Еще страхи не любят, когда о них рассказывают, пытаются их детализировать и анализировать. Чем больше говоришь о страхе – тем он становится меньше.

Также страхи терпеть не могут, когда в них начинают играть, пытаются нарисовать, вылепить из пластилина. От этих действий страхи вместе со страшными снами начинают таять.

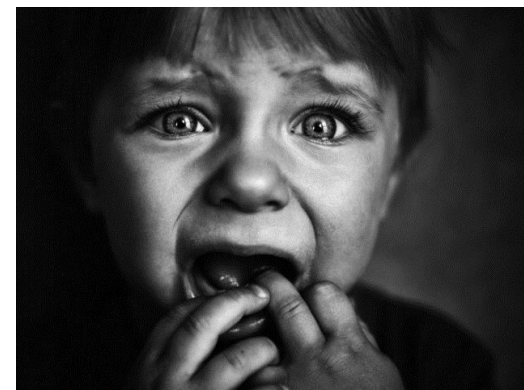


Адрес КП: 393378 Тамбовская область,
Кирсановский район, с.Б.Уваровщина д.1 а

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Уваровщинская сош»
Кирсановского района

Правила обращения со страхами

Памятка для родителей



Составители:

педагоги-психологи

И.А.Эктова,

Е.М.Карпик

Кирсановский район, 2015 г.

Как помочь детям, если страхи беспокоят их, вызывают нервозность, искажают поведение?

Прежде всего, нужно расширить их сферу общения, наполнить жизнь детей жизнерадостными, позитивными переживаниями.

Главное - действовать: совместные прогулки и экскурсии, посещение кукольного представления, езда на велосипеде, на коньках, лыжах, санках, разнообразные игры с мячом, кеглями и др.

Нужно отказаться от чрезмерной принципиальности в отношениях с детьми, постоянного беспокойства по поводу возможных несчастий, неудач, ошибок, что нередко способствует их внушению. Всё это способно привести к большему эффекту, чем назначение успокаивающих средств и запретов и устранения всякой активности.

Больше активности, движений, эмоций, разнообразия в жизни постепенного приучения преодоления препятствий, равно как и похвал, одобрений, собственного примера!

Страхи у детей дошкольного возраста

Дошкольный возраст — это возраст, который вне зависимости от состояния эмоциональной сферы ребенка у него возрастает количество кошмарных снов, увеличиваясь многократно при нервных нарушениях. Появление навязчивых кошмарных снов свидетельствует о том, что психика ребенка не в состоянии «переварить» те аффективные переживания, которые тревожат ребенка днём продолжая свою работу ночью. Как помочь малышу, ведь после ночных кошмаров ухудшается не только ухудшается настроение, но и общее самочувствие?

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 ребёнок 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.

О чём необходимо помнить:

➤ не следует отучать от страхов, решительно закрывая дверь и не обращая внимания на плач, беспокойство, мольбы попить, поесть, сходить в туалет;

➤ необходимо найти золотую середину, стараясь не выказывать раздражение, а быть как всегда заботливым;

➤ полезно почитать нестрашную сказку, рассказать придуманную ту же историю с оптимистическим победным концом.



