

ЯК ДОПОМОГТИ ДИТИНІ ПОДОЛАТИ СТРАХ?

До дитячих страхів багато дорослі ставляться поблажливо. Мовляв, підросте дитя, і все пройде; або - всі ми колись чогось боялися ...



Але при цьому дорослі скромно замовчують про те, скільки неприємностей їм доставляв їхній дитячий Страх (а можливо, доставляє і зараз, тільки вони навчилися це добре приховувати).

Щоб "дитячі" проблеми малюка не просочилися в його доросле життя, дитині потрібно допомогти впоратися зі страхами. А зробити це можна, лише точно

визначивши їх.

Так чого ж бояться діти? Дослідження педагогів-психологів показали, що до 6-7 років діти можуть відчувати страх самотності, бояться людей деяких професій (лікарів, міліціонерів) або взагалі людей (незнайомих, п'яних), болю, уколів, висоти, раптових і різких звуків. Цікаво, що страх покарання в цьому віці не дуже сильний, зате боязнь води (глибини), замкнутого простору, темряви і крові дуже поширена.

Страхи частіше турбують дітей перед сном і пов'язані в основному з казковими або вигаданими персонажами, які населяють уяву вразливих дітей. Хто вони? У два роки це може бути "Вовк - зубами клац", здатний завдати болю, загризти, з'їсти, як Червону Шапочку. На рубежі двох-трьох років діти бояться Бармалея, а трохи пізніше Бабу Ягу і Коцю Безсмертного (аналогі зарубіжних казок і мультсеріалів не змінюють суті страху).

Так що ж тепер, не читати дітям казок? Зовсім ні. Знайомство з "негативними" образами казок необхідно дітям як щеплення від хвороби, від почуття беззахисності і зайвої довірливості. Ці персонажі можуть познайомити дітей з негативними, негативними сторонами взаємовідносин людей, з жорстокістю та підступністю, бездушністю і жадібністю, як і з небезпекою взагалі.

І потім, у казках добро завжди перемагає зло, життя - смерть, а це дає можливість показати дитині, як можна долати труднощі. Помічено, що найчастіше бояться ті діти, батьки яких мало читають казок, не беруть участь в іграх, але при цьому повчають і загрожують. Страхи йдуть, коли дитині надано свободу і самостійність в іграх. Батьки неодмінно повинні брати участь у них, змінювати ролі на розсуд дітей. Як тільки "Вовк" з'являється в страхах, починається боротьба з ним, до тих пір, поки мисливець-дитина його не вбиває.

Ось чому хлопчики навіть вночі не розлучаються з "зброєю" - пістолетом, рушницею, які захищають їх почуття від зовнішніх небезпек. Головне в цьому віці - створити дітям впевненість, що вони сильні і безстрашні і зможуть завжди вийти з неприємності переможцем. Дівчата ж, навпаки, дуже розраховують на допомогу дорослих. "Папа (мама), ти вб'єш Вовка?"

До трьох років "Вовк" переможений, черга - за іншими. Рокам до п'яти на питання: "Снився тобі страшний сон?" - Дитина спокійно може відповісти, що він усіх прогнав. Негативні казкові персонажі втратили свою силу, залишився лише інтерес до казок.

Якщо все ж страхи продовжують турбувати, то необхідно розширити сферу спілкування дитини, наповнити його життя радісними емоціями. Спільні ігри, походи на природу, в театри, на атракціони, прогулянки (у тому числі й спортивні!) - Все це допоможе дитині страх витіснити з свідомості і підсвідомості, додати йому впевненості у своїх силах і почуття захищеності з боку батьків.

Зайва принциповість, неспокій, опіка тут можуть лише нашкодити. Будьте поруч, але "відпустіть" малюка, нехай він самостійно (принаймні, він повинен бути в цьому впевнений) спробує справитися зі страхом. Можливо, не варто навіть говорити про неприпустимість різких, насмішуватих, дратівливих оцінок



стану дитини, але, на жаль, дуже часто батьки саме так реагують на благання дитини не вимикати світло, не закривати двері до кімнати ... (список можна продовжити)

Почитайте на ніч нестрашно казку, розкажіть вигадану історію з радісним, переможним фіналом. Це більш дієві заходи, ніж крики та погрози, від яких дитина ще довше не може заснути. Ви разом зі своїм малюком неодмінно впораєтеся з будь-якими труднощами. Вірте в це, і дитина повірить у вас і в себе!