



Скрытые страхи ребенка



Всегда считалось, что **детство** – самая лучшая и счастливая пора в жизни. Однако вспоминая, сколь часто вы в детстве пугались сейчас уже смешных мелочей, трясась от страха не только из-за темноты, но и из-за обычных картинок, такое утверждение стоит пересмотреть.

Я боюсь того, не знаю сам чего...

Чаще всего родители уверены, что дети в обязательном порядке должны **бояться собак**, врачей, темноты и некоторых других вещей. К сожалению, они порой забывают, что даже то, что всеми окружающими считается абсолютно безобидным, а иногда даже красивым, у малыша может вызвать приступ

настоящего ужаса.

Например, по сайтам для мам, гуляют рассказы о случае, когда на фото девушки с большими, ярко карими глазами, малыш даже смотреть боялся и спрашивал с большой осторожностью: «А почему у нее глаза такие страшные?». Конечно, смешно, что малышу настолько не понравилось изображение. Но подумайте, если бы ребенок не стал задавать вопросов и рассказывать о своем страхе, а молча бы обходил фотографию стороной. Поверьте, это зрелище запомнилось бы ребенку очень надолго.

Как страшно-то

Иногда мама и папа сами создают все условия для **развития у ребенка страхов** перед определенными вещами. Вспомните, как в одном из известных произведений украинских классиков, малыш боялся икон, которые висели в углу комнаты. Бабушка говорила малышу, что они следят за всеми его поступками и даже мыслями, вследствие чего он намеренно старался избегать смотреть на образы святых. Они вызывали у него определенно не самые хорошие чувства.

О страхах

Это совсем не единичный пример. Допустим, мама ребенка говорит, что если он будет капризничать, из кладовки выйдет страшный дядя с большим мешком, утащит его к себе, а затем и вовсе съест. Конечно, малыш будет пробегать кладовку со сверхзвуковой скоростью, стараясь как можно меньше времени задерживаться возле нее.

Поэтому, даже шутя, не создавайте подобных ситуаций, воздерживаясь от таких рассказов. Учитывайте бурную детскую фантазию, подобные рассказы превратятся для вашего ребенка в настоящие **истории ужасов**.

А может, мы поговорим о страхах?

Большинство своих опасений дети не могут озвучить, так как они боятся, что взрослые будут над ними смеяться. Поэтому, они пытаются в одиночку переживать свои страхи, не справляясь с ними, вследствие чего они со временем перерастают в фобии. Именно поэтому так важно наблюдать за малышом, чтобы заметить, чего именно он боится, как именно реагирует и т.д. Объясняйте ему вещи, которые вызывают у него опасения.

Если ребенок все же боится кладовой или темных углов, попробуйте зайти вместе с ним в это помещение, включив свет и спокойно разговаривая. Но если вы заметите, что ребенок начинает нервничать и тем более боится, лучше сразу прекращайте свою затею, и отвлеките малыша. Не концентрируйте внимание ребенка на страхах, просто создайте уютную, доверительную обстановку и попросите ребенка рассказать вам, чего именно он боится, что его пугает. Важно понимать, что маленьким деткам часто свойственны **беспричинные страхи**, построенные, порой, на неожиданных для взрослых ассоциациях. Поэтому не ждите, что ребенок вам сам расскажет, почему что-то его пугает.

Страшное место: бояться нечего

Часто **малышей пугают** конкретно не сами явления, а та обстановка, в которой они имели место быть. Например, вы в качестве наказания накричали на малыша и отвели его от взрослых в детскую комнату. Так, ребенок может начать бояться оставаться один в комнате, просить вас не выключать свет, не закрывать дверь и т.д. Поэтому, никогда не провоцируйте в качестве наказания у ребенка страх.

Будьте внимательны к своему ребенку, тогда вы сможете узнать обо всех его **страхах** и вместе с ним бороться за его счастливое, радостное, спокойное детство.

Родителям на заметку

Как избавиться от страхов



Знаете ли вы, почему маленькие дети так любят всякого рода "страшилки"? Образ чудовища и отталкивающий и притягательный для них. Малыш его боится и одновременно с этим хочет быть таким же сильным и страшным, как он. Таким образом, ребенок избавляется от внутренних страхов и тревожности. Перед вами не совсем обычное упражнение, в котором чудовище необходимо "поставить на службу человеку". И "укротить" его предстоит нашему пугливому и стеснительному ребенку. Это поможет ему справиться со своим страхом, снизить уровень тревожности и укрепить чувство уверенности в себе.

Для его проведения вам необходимо сшить из тряпок куклу – рукавичку. Пусть ребенок сам постарается сделать ее как можно более страшной. Во время работы побуждайте его рассказывать о том, чем она такая опасная. После того, как чудовище готово, можно его "укрощать", заставляя вытирать пыль со шкафов, тумбочек и стеллажей. Вывод, который должен сделать ребенок по окончании игры прост: **не так уж и страшно чудовище, каким кажется оно на первый взгляд.**