



Дитина відчуває страхи?



Страхи виникають тому, що в дошкільників сильно розвинена уява, і тому, що саме в цьому віці в їхній свідомості починають виникати причинно-наслідкові зв'язки, наприклад: «Якщо темно – не видно небезпеки, а якщо її не видно – я не зможу захистити себе». Діти переживають період конфлікту із собою, коли вони вже прагнуть бути незалежними й у той же час їм ще потрібен захист дорослого.

Деякі обдаровані діти проявляють підвищені страхи через те, що в них більше розвинена уява, інтелект. У їхніх головах виникають найнеймовірні взаємозв'язки, у той же час правильно ставитися до них дитина ще не вміє.

Страхи перед чудовиськами можуть являти собою прояв підвищеної тривожності дитину.

У дітей раннього віку страхи можуть розвиватися внаслідок того, що світ для них усе ще залишається далеко не у всьому зрозумілим.

Переживати страхи – це нормально, якщо тільки вони не починають заважати дитині грати, заводити друзів і бути (у розумних межах) самостійною.

Як запобігти проблемі?

Створіть у дитини відчуття безпеки. Це можна зробити, дотримуючи режиму, знаходячи час для спілкування з ним.

Ставитеся за участю до всіх почуттів дитини, навіть якщо вам не подобається, як дитина поводить: «Я бачу, ти злякався. Думаю, я теж злякався б цього великого собаки».

Різними методами допомагайте дитині виразити свої страхи й побоювання. Для цього можна поговорити про них, намалювати їх, скласти страшні історії й записати їх.

Почитайте книжки, найкраще традиційні казки, у яких говориться про те, як героям вдалося подолати труднощі й урятуватися від небезпек.

Як упоратися із проблемою, якщо вона уже є?

- ☞ Не піддавайтеся спокусі сказати щось типу: «Нема чого отут боятися».
- ☞ Ніколи насильно не змушуйте дитину зробити те, чого він боїться.
- ☞ Намагайтеся підтримати його: «Я знаю, що ти боїшся темряви, давай залишимо двері відкритими. Я буду в сусідній кімнаті, і ти завжди зможеш покликати мене».