

Консультация для родителей

Если ребенок испытывает страх

Что делать, если ребенок боится побыть один, Боится собак и темноты? Давайте разберемся, нормально это или ненормально, когда малыш испытывает страх. Страх рано или поздно испытывают все. Причиной страха чаще всего бывает или присутствие чего-то угрожающего или отсутствие того, что может обеспечить безопасность. В три года ,в результате кризиса, у детей неизбежны конфликты из за упрямства. Днем он слышит постоянные запреты, угрозы, крики, нарекания родителей, а ночью эти впечатления превращаются в кошмары. С этим связаны трудности при засыпании ребенка. В три года дети часто боятся темноты. Причем, чем более образно фантазирует и творчески воображает малыш днем, тем страшнее ему одному оставаться ночью в пустой и безлюдной комнате, переполненной различными вещами и предметами. Отсюда и просьбы о том, чтобы ночью не выключали свет, чтобы Вы его взяли к себе в кровать.

Обычно страхи усиливаются, когда родители перегружают его фантазию чтением книг или показом «страшных» фильмов для данного возраста.

Детские страхи – явление распространенное, и они могут быть по любому поводу. Особенно длительно эти страхи держатся после причинения ребенку боли, например, после проведения лечебных или диагностических процедур. К шести- семи годам дети боятся смерти.

Страх является опаснейшей из всех эмоций.

Как **надо** вести себя родителям с ребенком, испытывающим страх

Первым делом выяснить причину страха.

При выборе воспитательных мероприятий учитывать, что страхи имеют непроизвольный характер.

Помнить, что малыш не владеет собой, поэтому словесные убеждения неэффективны.

Ни в коем случае не запугивать малыша даже тогда, когда сами опасаетесь за его безопасность.

Не злоупотреблять чтением сказок и просмотром мультфильмов.

Обучать терпимости к страху и управлению им.

Когда малыш боится темноты, зажгите лампу, побудьте с ним.

Чтобы ребенку не страшно было спать, пусть и любимая игрушка заснет в его кроватке.

У старших детей попробуйте уменьшить страх при помощи стыда: «Тебе должно быть стыдно, ты ведешь себя как маленький, испуганный котенок».

Постарайтесь проиграть пугающее событие в ролевой игре, где бы страшное показалось смешным.

Когда ребенок боится темноты, поиграйте с ним в темной комнате в разведчика, когда боится врача -- в больницу.

Дайте ребенку карандаши, пусть он рисует страхи.

Когда страхи интенсивны и постоянно нарастают, влияя на характер и поведение ребенка, необходимо обратиться к специалисту.

Как не надо вести себя родителям с ребенком, испытывающим страх.

Использовать методы запугивания и наказания в целях воспитания.

Не обращать на страх ребенка никакого внимания и не пытаться помочь преодолеть его ему.

Перегружать фантазию и воображение малыша пугающими его сказками и историями.

Передавать свой страх ребенку

.Ситуация для родителей

Четырехлетняя Любочка постоянно чего-то боится, особенно остаться ночью одной в своей комнате. А папу это очень раздражает: как можно быть в четыре года такой боязливой? И, чтобы дочка была смелой, он стал читать ей каждый вечер сказки, в которых люди побеждают злых чудовищ и торжествуют над «нечистой силой». Но вместо смелости дочь лишь прибавила трусливости. Теперь ей везде начали мерещиться кошмары. Но, даже, несмотря на это, папа продолжает воспитывать у дочки смелость, читая, как и раньше, перед сном ей, страшные истории и сказки

•Правильно ли поступает папа Любочки? Как в данной ситуации вели бы себя Вы?.