

**ЧТО не делать
родителям
дошкольника,
чтобы не превратить
детские страхи
в страхи постоянные**



1. Не допускать слишком большого напряжения внутрисемейных ситуаций: переезды, смена нянь, ссоры, многочисленные гости: все эти события усиливают тревогу и, соответственно, - страхи.

2. Не стремиться к ранней интеллектуальной нагрузке ребенка, игнорирующей возрастные нормы восприятия, ситуация не успеха ослабляет психологическую устойчивость и добавляет новый страх - страх неудачи.

3. Не увлекаться порицаниями на повышенных тонах; тревожный ребенок нуждается в вашей защите, а крик свидетельствует о том, что его не любят, следовательно, защищать не будут.

4. Не брать с собой ребенка на взрослые мероприятия - на стадионы, многочисленные шоу, эмоционально окрашенные зрелища; чужие эмоции возбуждают и не дают возможности успокоиться.

5. Ни в коем случае не высмеивать детский страх.

Главное правило борьбы с детским страхом - не приуменьшать значение пугающего объекта или явления, не обманывать.

Работать с устойчивым страхом самостоятельно - опасно, можно укоренить его в психике.

Если у вашего ребенка страхов слишком много, или один и тот же вид страха долго преследует ребенка, необходимо проконсультироваться с психологом детского сада или специалистом любого Центра психолого - педагогической помощи.

Материал подготовлен
специалистами
МАУ

«Центр молодежных инициатив»:

Мусеева Нафиса Миргазияновна,
Леус Оксана Николаевна

Адрес: г.Нефтеюганск, 3 мкр, 22 дом,
415 кабинет с 9.00 до 18.00

Телефон: 8(3463)25-15-95
Электронная почта: cmioppcp86@mail.ru



Департамент образования и

молодежной политики
администрации г. Нефтеюганска
МАУ
«Центр молодежных инициатив»

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ДЕТСКИХ СТРАХАХ



«Родителям о детях» -
рекомендации по профилактике
эмоциональных расстройств
2018 г.

ДЕТСКИЕ

страхи

Все дети периодически испытывают страх - это нормально, так как инстинкт самосохранения реализуется в основном через страх чего либо или кого либо.



Если страхов слишком много, происходит деформация психики, которая тормозит реализацию интеллектуальных и творческих способностей, разрушает процесс общения.

Если страхов слишком мало, ребенок неосторожен, склонен к риску, что опасно для здоровья и жизни.

Большинство детских страхов исчезает по мере взросления ребенка, расширения его жизненного опыта, повышения уровня осведомленности и развития психологической устойчивости - это доказано.

Часть страхов остается с человеком навсегда - это, к сожалению, реальность.

ВИДЫ

страхов



У современных детей наблюдаются боязнь новоявленных виртуальных

киномонстров, страх войны, катастроф, терактов, заражений.

Возраст ребенка	Виды страха
0-10 месяцев	Страх перед незнакомыми людьми.
1 год	Страх одиночества.
1 год 6 месяцев	Страх долгого отсутствия мамы, домашнего шума, врачей, уколов.
2 года	Страх наказания родителями, транспорта, некоторых животных, уколов, больниц.
3-4 года	Страхи перед сказочными и мультипликационными персонажами, уколами и болью, страх крови, высоты, неожиданных звуков, темноты и замкнутого пространства.
5-6 лет	Страх смерти себя, родителей, страх различных виртуальных персонажей, страшных снов, нападения, войны, огня, пожара.

ЧТО

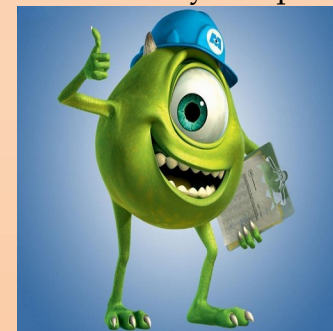
делать с

детскими страхами

1. Помнить что дети разные. Много зависит от типа нервной системы, ее силы и слабости, скорости реагирования на внешнюю ситуацию. Тип нервной системы врожден и в течение жизни претерпевает лишь незначительные изменения под влиянием жизненных обстоятельств - болезней, стрессов, успехов.

2. Поговорить с ребенком о том, как родители сами чего-то боялись в детстве, и, главное, о том, как страх прошел.

3. Консультироваться со специалистами



- в штатные расписания образовательных учреждений включена должность психолога.

4. По возможности обеспечить ребенку общение с небольшой стабильной группой сверстников. Переизбыток сверстников или их недостаток создают серьезные проблемы в психологическом развитии ребенка.

5. Прежде чем вести ребенка в кино или на театральное представление, выяснить, не будет ли там персонажей, имеющих отношение к конкретному страху ребенка.