

«ДЕТСКИЕ СТРАХИ»

Страхи появляются постепенно как результат развития интеллекта и воображения ребенка. В каждом возрасте наблюдаются «свои» страхи. *В раннем возрасте дети пугаются незнакомых людей и обстановки; в младшем дошкольном возрасте – сказочных персонажей, одиночества, темноты; в старшем дошкольном возрасте – смерти, огня, животных, страшных снов и наказания.* Это легко объяснить врожденным инстинктом самосохранения.

При благоприятных обстоятельствах жизни ребенка такие страхи исчезают, дети из них «вырастают». Но бывает, когда страхи накапливаются: ребенок растет, и страхи растут вместе с ним. В результате возникают *тики, навязчивые движения, заикание, энурез, плохой сон, раздражительность, агрессивность.*

Чтобы помочь «маленькому трусишке», следует понять причины, повлекшие за собой появление страхов.

Откуда же берутся страхи?

- **Особенность родителей.** Когда они сами многого боятся и не уверены в жизни.
- **Чрезмерная опека.** Ребенку, растущему в тепличных условиях, трудно приспособиться в жизни без «защитного скафандра», и ему везде начинают мерещиться опасности.
- **Безразличие и невнимание к ребенку.** Предоставленный самому себе, лишенный эмоционального принятия, ребенок многое понимает не так, а что-то не понимает вообще. Он начинает бояться всего подряд, поскольку живет в виртуальном мире, который сам себе нафантазировал.
- **Неблагополучная обстановка в семье.** Это - конфликты между родственниками на глазах у детей, атмосфера недоверия и отчуждения между окружающими. Неполная семья также является фактором риска возникновения страхов у ребенка.
- **Суровые запреты и наказания.** Если мы частенько кричим на ребенка, а он не в состоянии понять свою вину, постепенно в его душе зарождается враждебность к нам. Поскольку ему хотелось бы продолжать нас любить, он переносит свой страх на других людей, предметы или ситуации.
- **Травмирующий личный опыт.** Неприятное событие, происшедшее с ребенком, сильный испуг. Например, ребенок, который упал с качелей, может бояться качаться на них всю жизнь.
- **Бесконтрольный просмотр телевизионных программ.**

Почти никогда не страдают от навязчивых страхов дети, уверенные в себе и своих силах. Родители подчеркивают их достижения, радуются, что в доме есть такой помощник, даже если ребенок разбил тарелку – это к счастью!