Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

Красноборский детский сад «Колосок»

Конспект родительского собрания.

«Я боюсь, мама!»

Подготовила воспитатель

Ерыкалина Е.Г.

с. Красный Бор

Страхи у дошкольников.

Все знают, что многие дети чего-то боятся. Одним страшно оставаться в темной комнате, другие не решаются съехать с горки, третьи в ужасе убегают от собаки, цепенеют от страха при виде пчелы. Некоторые боят­ся персонажей сказок: Бабу-Ягу, волка, злого колдуна, других образов, созданных воображением («дядьку с мешком», трубо­чиста и т. п.).

Объекты детских страхов бесконечно раз­нообразны, и их особенности находятся в прямой зависимости от жизненного опыта ребенка, степени развития его воображе­ния и таких качеств его личности, как эмоциональная чувствительность, склонность к беспокойству, тревожность, неуверенность в себе и т. д. Наличие страхов у дошколь­ников само по себе не является, как пра­вило, какой-либо патологией, обычно носит возрастной, преходящий характер, но в то же время сигнализирует об определенном не­благополучии в эмоционально – личностной сфере ребенка. Такие страхи возникают у эмоциональных детей в различные периоды детства, имеют свои особенности. Мы рас­смотрим наиболее распространенные случаи страхов у детей.

В – первые годы жизни ребенок находится в теснейшей физической и эмоциональной связи с матерью, в зависимости от нее. Чувство любви и защищенности во многом определяет благополучие малыша, является условием эмоционального комфорта. Уже в 6—7 месяцев младенец начинает беспо­коиться, если его мама внезапно уходит, с не­доверием реагирует на появление незнако­мых взрослых. По мере роста ребенка не­достаток тепла со стороны матери ощу­щается все острее, и в раннем возрасте — в 1,5—2 года — нередко может явиться причиной появления страхов. Если при этом мать ведет себя по отношению к ребенку слишком сдержанно, редко берет его на руки, мало ласкает, строго с ним разговаривает или вообще недостаточно обращает на него внимания, то поведение малыша меняется. Его беспокойство усиливается, он становится плаксивым, с трудом засыпает и плохо спит, часто просыпается в слезах. Днем он ста­рается быть ближе к матери, беспокоится даже тогда, когда она на минутку выходит из комнаты, а уж если она закрывает за собой дверь — начинает горько плакать. «Он боится оставаться один»,— говорят родители. Это верно только отчасти. В раннем воз­расте механизм возникновения этого страха определяется непереносимостью даже корот­кой разлуки с матерью для чувствитель­ного, эмоционального малыша. Если в ком­нату вместо матери вернется другой чело­век — соседка, врач, дальний родственник, ребенок будет плакать, его не утешит то, что теперь он не один.

Другим фактором, определяющим появле­ние страхов у детей раннего возраста, яв­ляется неоправданно строгая позиция роди­телей и неадекватные средства воспитания, которые они применяют. К арсеналу этих средств, противопоказанных для детей ран­него возраста, особенно беспокойных, чувст­вительных, эмоционально неуравновешен­ных, относятся строгие наказания, угрозы, телесные наказания, шлепки и удары по ру­кам, особенно по голове или лицу. Крайне неблагоприятное воздействие оказывают на психику ребенка такие наказания, когда его запирают одного в темной тесной комнате, кладовке, чулане или искусственно ограничи­вают его движения, заставляют неподвижно лежать или даже привязывают его к кровати. Большое количество, запретов, недостаток тепла, ласки, эмоциональной близости со стороны матери, пренебрежение или не­оправданно суровые наказания со стороны отца приводят к длительному перенапря­жению нервной системы ребенка, которое ослабляет ее, создавая благоприятную почву для появления страхов.

По мере развития воображения дети на­чинают бояться сказочных чудовищ — в первую очередь волка, затем Бабу-Ягу, Бар­малея и т. д., символизирующих все зло и опасности. Наблюдения показали, что частые наказания, угрозы, связанные с физи­ческой болью, типа: «Вот не слушаешься — папа придет и нашлепает», «Позову докто­ра — пусть тебе сто уколов сделает», и т. п.— чаще всего ведут к появ­лению у малыша страха перед волком, а стро­гое или равнодушное отношение матери про­воцирует появление страха перед Бабой- Ягой.) Дети, у которых зарождаются эти страхи, не осознают причин их появления, они вообще не в состоянии рассуждать и бывают подавлены чувством ужаса и бесси­лия. Острый эмоциональный дискомфорт и развивающееся воображение к трем го­дам приводят к появлению целой группы стойких и достаточно типичных страхов. Страх перед волком и Бабой-Ягой допол­няется страхом перед множеством других сказочных чудовищ. Дети начинают бояться темноты, в которой могут скрываться эти чудовища, пустой комнаты, больших ящиков или открытых шкафов, из которых «может кто-то вылезти». Наиболее ярко выражен страх темноты в 3 года, когда эта темнота наполняется образами, порожденными вооб­ражением ребенка. В то же время недостаю­щий жизненный опыт малыша и избыточная его эмоциональность не дают ему возмож­ности здраво рассудить и понять, что бояться нечего.

С 3 до 5—6 лет детские страхи бывают наиболее разнообразны и свойственны в той или иной степени большинству детей. Далеко не у всех они выражены так, что застав­ляют встревожиться родителей. Во многих случаях они носят возрастной, преходящий характер. Однако у некоторых детей они со временем не исчезают, не корректируются, а переходят в навязчивые формы, близкие к невротическим состояниям. К сожалению, только на этой стадии родители обращают на них внимание и прини­маются активно с ними бороться. Безусловно, обычные «возрастные» страхи, свойственные дошкольникам, также нуждаются в осто­рожной коррекции со стороны взрослых.

Обычные страхи, так часто встречающиеся у детей 3—6 лет, базируются на уже описан­ной трехкомпонентной основе (высокая эмо­циональность, малый жизненный опыт и бо­гатое воображение), легко появляются и не­редко сами собой исчезают в течение 3—4 не­дель. Нередко непосредственной причиной таких страхов выступают необдуманные по­ступки взрослых.

**Рекомендации родителям.**

1. Важно относиться к детским страхам спокойно.
2. Выслушайте своего ребенка. Даже это принесет ему некоторое успокоение.
3. Пусть ребенок сам выберет себе игрушку – друга, с которой он мог бы ложиться спать, брать в детский сад, когда ему грустно и т.п.
4. Хорошо помогает побороть детский страх арттерапия. Предложите своему ребенку нарисовать свой страх (волка, бабайку, лешего и т.д.), художественные способности ребенка здесь не имеют никакого значения, т.к. малыш знает, что непонятные круги – это он Бабу – Ягу нарисовал, а кружочки и палочки – это злая собака. Можно предложить раскрасить контуры приведения, бабайки и т.п. Можно предложить слепить чудище. После того как ребенок изобразит каким – либо способом свой страх, нужно предложить малышу самостоятельно смять, изорвать свой рисунок страха и как можно дальше выбросить его, лучше если вы прогуляетесь с ребенком на улицу до мусорных баков. Вернувшись домой, похвалите малыша: какой он молодец здорово расправился с бабайкой измял ее изорвал и прогнал на улицу. Поясните, что она его теперь очень боится и не придет к нему.
5. Для детей до 3 лет уберите карандаши и фломастеры черного цвета, т.к. черный цвет одновременно притягивает и очень пугает малыша.
6. Будьте внимательны к страхам своего ребенка, потому что они не появляются на пустом месте им всегда что – то предшествует.