**Родительское собрание в 1 классе**

**Тема: «Детские страхи»**

|  |
| --- |
| - Уважаемые родители, преследуют ли вас страхи?  Конечно, это риторический вопрос. Ведь страх, тревога – это такие же проявления эмоции, как радость, восхищение, удивление. В последнее время психологи отмечают рост числа устойчивых страхов, с которыми мы не можем справиться, но в отличие от взрослых страхов. Детские, если к ним правильно относиться, вовремя выяснить причины появления, могут исчезнуть бесследно.  Сегодня мы вместе попробуем выявить причины появления страха у детей и подумаем, как можно помочь ребенку избавиться от уже существующих страхов и предотвратить появление новых.  - Как вы считаете, что может вызвать чувство страха у детей младшего школьного возраста? Попробуйте сами сформулировать причины появления страхов у вашего ребенка.  *Возможные варианты причин появления детских страхов:*  ***1. Наличие страхов у родителей****.*  Страхи взрослых очень часто передаются детям. Вероятность появления страхов у детей всегда выше при наличии их у родителей, причем большинство страхов передается детям неосознанно.  ***2. Тревожность в отношениях с ребенком.***  Разговоры при ребенке о смерти, болезнях, пожарах, убийствах отражаются на его психике, калечат ее.  ***3. Чрезмерное предохранение его от опасностей и изоляция от общения со сверстниками.***  ***4. Большое количество запретов* со стороны одного родителя и полное *предоставление свободы***ребенку другим родителем.  ***5.***Многочисленные ***нереализуемые угрозы*** всех взрослых в семье.  ***6. Гиперопека над единственным ребенком в семье.***  Единственные дети в семье наиболее подвержены страху, т.к. такие дети чаще всего становятся эпицентром родительских забот и тревог. Как правило, единственный ребенок находится в более тесном, эмоциональном контакте с родителями и перенимает их беспокойство, если оно есть. Родители, часто охваченные тревогой что – либо не успеть сделать для воспитания ребенка, стремятся воспитать «гения». В результате у детей возникает страх не соответствовать требованиям родителей.  ***7. Конфликтные отношения между родителями.***  Психологи отмечают, что дети младшего школьного возраста очень чувствительны к конфликтным отношениям родителей, причем именно дети в возрасте 6 – 7 лет чаще всего реагируют появлением страхов на конфликт родителей.  ***8. Одиночество, боль*** вызывают страх.  ***9. Эмоциональная чувствительность, впечатлительность.***  Такие дети очень ранимы и уязвимы, все принимают близко к сердцу и легко расстраиваются. Они чаще всего неспособны к агрессивным ответам, «все держат в себе», не выражая своих чувств и переживаний.  ***10. Поступление в школу.***  Это серьезное испытание для детей. Новое окружение, новые требования.  Возникает чувство ответственности, долга, соответственно возникают новые страхи – «быть не тем, о ком хорошо говорят, кого ценят и любят», страх сделать не то и не так, быть осужденным, наказанным. Дети, которые не приобрели до школы необходимого опыта общения со сверстниками, неуверенные в себе, боятся не оправдать надежд своих родителей.  ***Выявление страхов у детей.***  - Скажите, в чем проявляется возникновение страхов. Что вы чувствуете, когда ощущаете все возрастающее беспокойство?  Внутри все холодеет, тело «наливается свинцом», ладони становятся влажными. Но, к сожалению, ощущения ребенка нам не доступны. По каким внешним признакам мы можем выявить, испытывает ли в данный момент ребенок чувство страха?  *Ребенок теряется, когда его спрашивают, не находит нужных слов для ответа на вопросы, говорит дрожащим голосом, а часто замолкает совсем. Он может совершать много лишних движений или, наоборот, становится неподвижным, выражение его лица становится испуганным.*  Тематическое рисование не только поможет понять интересы, увлечения детей, но и особенности их темперамента, переживания, преследующие их страхи.  (Выдать родителям рисунки детей, анализируя их).  Как преодолеть возникновение чувства страха у детей?  **Страх** – это эмоция, которая может возникнуть в любом возрастном периоде. Очень большая часть страхов младших школьников лежит в области учебной деятельности. Одни дети с радостью и нетерпением ждут начала школьной жизни, быстро осваиваются с ней, другие страдают настоящей школьной фобией. Поступление в школу – серьезное испытание для детей. Новое окружение, новые требования, а, сколько всего нужно уметь отвечать на вопросы. А желание побегать, поиграть, повеселиться - надо подавлять. Если со всем этим ребенок справляется, и все у него хорошо – он радостен, увлечен, он верит в свои силы (полная адаптация). Если же нет – интерес к учебе быстро проходит, успехов нет и нечему радоваться как ребенку, так и родителям.  Если первоклассники по разным причинам не могут справляться с учебной нагрузкой, они со временем попадают в разряд неуспевающих, что в свою очередь, приводит как к неврозам, так и к «школобоязни» (дезадаптации). Школа может стать источником значительных страхов, что повлияет на его учебу и здоровье.  ***Как помочь ребенку преодолеть «школобоязнь»?***  1. Повысить самооценку ребенка, укрепить уверенность в себе.  2. Помочь ребенку научиться снимать излишнее напряжение. Для снятия тревожности можно проводить игры в «страшную школу», где с помощью кукол в форме мини – спектакля дети изображают пугающие их ситуации школьной жизни, причем пугающие моменты должны быть возведены в крайнюю степень (чтобы зрителям было страшно).  Важно поощрять попытки ребенка изобразить свои страхи в юмористической, далее карикатурной форме.  3. В младшем школьном возрасте отметка – это не просто оценка конкретного результата деятельности. Она субъективно воспринимается ребенком как оценка всей его личности. «Ты плохой, потому что ты плохо учишься», - говорят ребенку. Он соглашается, и возникает неразрешенный внутренний конфликт. Он сопровождается чувством неопределенности, неуверенности в себе, различными страхами. Именно поэтому важно использовать специальные оценки, максимально подробно объясняя ребенку, за что и почему его хвалят или делают замечания. Оценивать нужно не всю деятельность сразу, а отдельные ее элементы, особенно успешные.  4.Показать ребенку, что его ценят вне зависимости от его успехов или неуспехов, выигрыша или проигрыша. Это позволяет не ориентироваться на результат, относиться спокойнее к собственным успехам и неудачам.  5. Двигательные беспокойства, агрессивность, повышенную напряженность можно снять, используя прием «щита»: взрослый держит щит, в который можно стучать игрушечным мячом, бить кулаком и т.д.  ***Детские страхи, не связанные со школой и учебой.***  Есть множество страхов, возникновение которых не связано с учебной деятельностью. Дети младшего школьного возраста (от 7 до 10 лет) боятся оставаться одни дома, заболеть, умереть, сказочных персонажей, темноты.  Исследования показали, что число страхов выше у девочек, чем у мальчиков (девочки более чувствительны). В таких ситуациях рекомендуется проводить «направленное устранение страхов», которым подвержен ребенок, с помощью рисования. (Ни в коем случае нельзя торопить ребенка с выполнением задания, т. к. мысли о том, как изобразить страх, подразумевают встречу с ним, контакт, соприкосновение, что само по себе уменьшает остроту его восприятия.) |