Наши бабушки считали, что детей надо воспитывать в страхе. Часто мы слышали фразу « Боится - значит, уважает». Подходит ли это выражение дошкольникам ? Дети, как мы видели из рисунков, из вашего с ними опыта общения, и так боятся слишком многого: Бабая, врача, сотрудника полиции, чужого дядю, Бабу Ягу и т.д.

Как зарождается чувство страха? Страх или тревога возникает в ответ на что-то опасное, непонятное, угрожающее. Страх и тревога – это предупреждающие сигналы. Они помогают нам выжить в человеческом обществе. Их можно назвать врожденным свойством организма, инстинктом самосохранения.

Вы прекрасно знаете , что если бы дети не боялись каких-либо вещей ( высоты, огня, острых предметов ), что бы с ними было? Падали и разбивались бы, обжигались и резались и т.д. Но нет, страх предохраняет нас от опасностей и, скорее всего, рождается с нами. Но , с другой стороны, страх мешает нам жить и обследовать, познавать мир, существовать в нем.

Многие боятся ездить на автобусе, летать на самолете, пользоваться лифтом, кого-то пугают насекомые, собаки, коровы. Однако чаще всего источником страха у детей являемся мы, взрослые. Мы иногда слишком эмоционально указываем на наличие ( действительной или мнимой ) опасности. Зачастую мы ведем при детях разговоры о болезнях, пожарах, убийствах, и т.д. Малыши в наше отсутствие смотрят телевизионные передачи и многое в них не понимают, часто принимая вымысел за правду. Не говоря уже о тех ужасах, которые демонстрируются с экрана. Все это выливается на неокрепшую детскую душу.

Растут и укрепляются города. В них появляется много нового и необычного. Что пугает детей. В условиях большого города многие дошкольники чувствуют себя одинокими, у них мало друзей. Рядом только взрослые, которые мало общаются с детьми.

По статистике, у деревенских ребят. Которые общаются каждый день « всей деревней », страхи встречаются гораздо реже, чем у их городских сверстников. У деревенского ребенка больше возможностей для общения со взрослыми и сверстниками, для совместных игр и меньше одиночества и развития страхов.

Причинами возникновения страхов у ребенка могут быть эмоциональный стресс, пережитый мамой ещё во время беременности, родовая травма, серьезное заболевание в младенческом возрасте, конфликты в семье. Нередко дети страдают от « семейных разборок ». Появляются нервно-психологические перегрузки, которые вызывают у детей определенные ответные реакции беспокойства, страхи. Такие малыши чаще, чем их сверстники, боятся животных, пожаров, заболеваний, им чаще снятся кошмары.

Помните знаменитое стихотворение С. Михалкова о мальчике-мимозе, который растет, как в ботаническом саду. Избыточная опека родителей также является причиной страхов.

Беспокойство развивается и у детей, с которыми недостаточно занимаются физическими упражнениями, не вовлекают их в подвижные игры. А движение, игра для ребенка – это развитие его организма и лучшее средство избавления от страхов.

Появление страхов зависит и от состава семьи. Например, наиболее подвержены страхам дети, которые становятся в семье эпицентром родительских забот и тревоги. В то же время чем больше в семье детей, тем меньше у них страхов. Играет роль и возраст родителей. Как правило, у молодых, эмоционально непосредственных и жизнерадостных родителей дети менее склонны к проявлению беспокойства тревоги, а у пожилых родителей дети более беспокойны тревожны.

Итак, чего же боятся дети? Это мы увидели из рисунков и ваших ответов. Дети боятся :

1. Непонятных предметов или явлений окружающей среды;
2. Потерять родителей;
3. Посторонних людей;
4. Оставаться одни дома, а также ночью в комнате;
5. Одиночества;
6. Темноты;
7. Замкнутого пространства;
8. Сказочных персонажей или некоторых животных;
9. Родительского наказания;
10. Умереть или заболеть.

Самый распространенный страх- это страх темноты. Нужно приучать ребенка к темноте постепенно. Поиграйте с ним в игру « Темно-светло»: заходите в темную комнату, считайте до 5, затем в светлую комнату и тоже считайте. Далее можно предложить ребенку вместе с вами поискать клад, оставленный добрым сказочным героем в темной комнате. Придумайте и расскажите малышу сказку, например про Колобка, который попал в темный лес и там катился, он совсем не боялся темноты. Если ребенок боится ложится спать в темноте, не нужно заставлять его. Но можно потихоньку приучать его к этому. И для начала подойдет включенный ночник.

Другой распространенный страх- перед незнакомыми людьми. Очень часто мы, взрослые, пугаем сами своего ребенка, говоря что-то вроде: « если не будешь слушаться, отдам дяде» или « тебя заберет тетя». Этого не стоит делать потому, что действительно ребенок может начать бояться людей, ему трудно будет адаптироваться в детском саду, школе. Могут возникнуть проблемы в общении со взрослыми.

Не стоит пугать дошкольника, а мы это делаем часто, сказочными персонажами. Не съел кашу-придет Кощей или Бармалей, не уберешь игрушки- Баба- Яга прилетит и т.д. Это подрывает веру ребенка во взрослого. Малыш потом окончательно понимает, что ни Бармалей, ни Леший, ни Волк все равно не придут, сколько ими не пугай. Некоторые дети даже начинают иронизировать: « А ты думаешь, Баба Яга будет есть эту кашу?» или « Как будто Бармалей будет убирать мои игрушки».