

# Откуда приходят Детские страхи ?

1. **«Переданная родителями эстафета».** Дети перенимают страхи от своих родителей.
2. **Чрезмерная родительская опека и забота.** Ребенку, растущему, в «тепличных условиях», очень трудно потом приспособиться к жизни. Ему везде начинают мерещиться опасности, и на этой основе возникают страхи.
3. **Безразличие и невнимание к ребенку также порождают детские страхи.** Это происходит особенно часто в семьях, где ребенка не ждали и не были к нему готовы. Такой ребенок многого в жизни не понимает и начинает бояться всего подряд.
4. **Неблагополучная обстановка в семье.** (Под такой обстановкой мы понимаем конфликты между родственниками на глазах у детей.
5. **«Неправильное» поведение родителей.** Если мы часто кричим на своего ребенка, а он не в состоянии понять свою вину, постепенно в его душе зарождается враждебность к нам и страх.
6. **Травмирующий личный опыт.** Страх порождает и неприятное событие, произошедшее с ребенком.



## ПРОФИЛАКТИКА ДЕТСКИХ СТРАХОВ:

1. **Лучшее средство – это взаимопонимание родителей и детей.** А это возможно только в том случае, если родители понимают причины возрастных перемен, происходящие в детях, и в соответствии с ними меняют свое отношение к детским проблемам.
2. **Для спокойствия ребенка очень важно, чтобы родители и другие лица, имеющие отношение к воспитанию ребенка, выработали единые правила.** В противном случае ребенок никак не может понять что можно, а что нельзя.

**Чтобы помочь ребенку, нужно видеть мучающие его страхи его глазами, а не глазами взрослого человека. Нельзя запрещать ему бояться, тем более ругать его за это. Он и так уже напуган!!! Детский страх нельзя игнорировать – он не исчезнет!!!**

**Педагог-психолог Резниченко Е.С.**

В своей практике с детьми по преодолению тревожности и страхов я использую коррекционно- развивающую программу **Н.Ф. Ивановой « Преодоление тревожности и страхов у детей старшего дошкольного возраста»**

**Цель:** путем психолого-педагогического воздействия преодолеть у детей тревожность, страхи и психическое напряжение через управление отрицательными эмоциями; формировать психологические защиты от невротизирующих факторов.

**Коррекционные методы, которые я использую в своей работе с детьми:**

- 1.игровая терапия
- 2.рисуночная терапия
- 3.психогимнастика
- 4.аутотренинг
- 5.релаксация
- 6.психодрама
- 7.куклотерапия
- 8.телесная терапия
- 9.танцевальная терапия

