Возрастные особенности детских страхов

Дети испытывают различные виды страхов в разные возрастные периоды. Чего же и в каком возрасте боится ребенок? Наиболее выраженные возрастные страхи у мальчиков и девочек 4-5 лет – страх одиночества, ночные страхи, страх сказочных персонажей, страх смерти родителей, страх пожара, страх перед животными. Для мальчиков характерны такие страхи, как страх потери родителей, страх войны, страх чудовищ. Для девочек- страх смерти, страх темноты, страх высоты.

У детей 5-7 лет (независимо от пола) добавляется такие страхи, как: страх перед нападением, страх наказания, страх перед стихией, страх перед неожиданными звуками. У девочек 5-7 лет страхи более выражены, чем у мальчиков. Девочки чаще, чем мальчики боятся: смерти, глубины, высоты, пожара, врачей, темноты, страшных снов, замкнутого пространства. Определить, соответствует ли количество страхов и их содержание возрасту ребенка, поможет психолог.

Как помочь агрессивному ребенку?

Агрессивные дети как бы попадают в замкнутый круг. Им не хватает любви со стороны окружающих, но своим поведением они отталкивают их, вызывая неприязнь к себе, что в свою очередь усиливает агрессию. Поведение, которое выглядит как агрессивное, на самом деле является отчаянной попыткой восстановить социальные связи. Часто, когда ребенок пытается выразить свои потребности мягко, окружающие не обращают на это внимание. Грубость вызывает ответную реакцию взрослых.

Что же делать, чтобы помочь ребенку преодолеть агрессию?

* Создавайте условия для снятия напряжения через движение (спорт, соревнования, спектакли, игры, походы);
* Научите ребенка правильно направлять, проявлять свои чувства, не обижая других. Фразы типа «Ну ты дурак!» заменить на «Мне больно, я так разозлился».
* Если чувство обиды, гнева, злости переполняют ребенка, можно уйти в другую комнату, где никого нет, и там высказать все, что накопилось.
* Предложите бить специальную подушку, рвать газету, мять и рвать «лист гнева», бить по мячу, по консервной банке.
* Переключите внимание ребенка, предложите станцевать под ритмическую громкую музыку динамичный энергичный танец, под медленную музыку посидеть (полежать), расслабиться, петь, покричать.
* Пусть ребенок нарисует свое состояние (гнев, боль, агрессия).
* Предложите ребенку надуть шарик (можно мысленно), «выдуть» из себя в него все негативные мысли, чувства эмоции, крепко завязать шарик и выпустить его в окно.

Когда необходима помощь специалиста?

* Ребенок долго (в период 30 минут) не может уснуть, боясь Бабы - Яги, Волка и пр.
* Ребенок боится идти в театр, в гости, так как там ему «грозит опасность» (придет Бармалей и пр.).
* Страх сказочных персонажей сохраняется в течение длительного времени и приобретает панический характер (например, ребенок требует держать закрытыми окна и двери, «чтобы не влетела Снежная Королева»).
* Ребенок становится плаксивым, капризным, тревожным, пугливым, нарушается его общение с детьми.

Следует помнить, что игнорирование данной проблемы может привести к невротизации ребенка и осложнению его адаптации в детском дошкольном учреждении.