СТРАХИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Разговор пойдет о страхах у детей младшего школьного возраста (7-11 лет). На сегодняшний день отмечается увеличение числа детей, испытывающих страх. По этому родителям необходимо уделить данной проблеме особое внимание.

Рассмотрим **причины детских страхов:**

– Огромное количество запретов, требований от родителей.
– Наличие страхов у родителей.
– Гиперопека со стороны взрослых.
– Психотравма, полученная в раннем детстве.
– Частые конфликты в семье.
– Бесконтрольный просмотр фильмов, телепередач с возрастными ограничениями для детей.

Чувствительные, эмоциональные и самолюбивые дети более всего подвергаются различным страхам. Ведущий страх в данном возрасте – это страх быть не тем, о ком хорошо говорят, кого уважают, ценят и понимают. Другими словами, это страх не соответствовать социальным требованиям ближайшего окружения, будь то школа, сверстники или семья.

Часто встречаемой разновидностью страха социального несоответствия и неприятия является боязнь опоздания в школу, как повод получения порицания на глазах у сверстников.

Наиболее часто подобные страхи проявляются у девочек, так как они раньше, чем мальчики, усваивают социальные нормы, в большей степени подвержены чувству вины и более критично (принципиально) воспринимают отклонения своего поведения от общепринятых норм.

Существующий термин «школьная фобия» подразумевает навязчиво преследующий некоторых детей страх перед посещением школы. При этом нередко речь идет не столько о страхе школы как таковой, сколько о боязни ухода из дома, разлуки с родителями, к которым тревожно привязан ребенок, особенно это касается часто болеющих и находящихся в условиях гиперопеки детей. Иногда сами родители опасаются школы и непроизвольно внушают этот страх детям или драматизируют проблемы начала обучения, выполняя вместо детей все задания, а также контролируя их по поводу каждой написанной буквы. В результате у детей появляются чувство неуверенности в своих силах, сомнения в своих знаниях, привычка надеяться на постороннюю помощь по любому поводу. При этом тщеславные родители, жаждущие успеха любой ценой, забывают, что дети даже в школе остаются детьми - им хочется поиграть, побегать, «разрядиться», и нужно время, чтобы стать такими сознательными, какими их хотят видеть взрослые.

Обычно не испытывают страха перед посещением школы, уверенные в себе, любимые, активные и любознательные дети, стремящиеся самостоятельно справиться с трудностями обучения и наладить взаимоотношения со сверстниками.

Помимо «школьных» страхов для детей этого возраста типичен страх стихии – природных катаклизмов: бури, урагана, наводнения, землетрясения. Он не случаен, ибо отражает еще одну особенность, присущую данному возрасту: так

называемое магическое мышление – склонность верить в «роковое» стечение обстоятельств, «таинственные» явления, предсказания и суеверия.

В этом возрасте переходят на другую сторону улицы, увидев черную кошку, верят в «чет и нечет», тринадцатое число, «счастливые билеты». Это возраст, когда одни дети просто обожают истории о вампирах, привидениях, а другие их панически боятся.

Типичными для младших школьников будут страхи Черной Руки и Пиковой Дамы. Черная Рука – это вездесущая и проникающая рука мертвеца, в чем нетрудно увидеть наследие Кощея Бессмертного, точнее – всего того, что осталось от него, как, впрочем, и Скелета, которого также часто боятся в младшем школьном возрасте. В младшем школьном возрасте Пиковая Дама может оживлять страх смерти, исполняя роль вампира, высасывающего кровь из людей и лишающего их жизни.

Если у вашего ребенка имеются страхи, то вам важно адекватно относиться к ним без лишнего беспокойства и фиксации, чтения морали, осуждения и наказания. Если страх выражен слабо и проявляется время от времени, то лучше отвлечь ребенка, занять интересной деятельностью, поиграть с ним в подвижные, эмоционально насыщенные игры (прятки, жмурки, казаки-разбойники), выйти на прогулку, покататься с горки, на санках, лыжах, велосипеде. Тогда многие страхи рассеиваются, как дым, если к тому же ребенок чувствует поддержку, любовь и признание взрослых, их стабильное и уверенное поведение.

Профилактикой детских страхов является создание благоприятного эмоционального климата в семье. Спокойная, ровная обстановка дома и доверительные отношения между родителями создают у детей чувство защищённости. Чтобы ребёнок не боялся страшных персонажей из фильмов, мультфильмов, полезно предложить ему попробовать выступить в роли пугающего персонажа. Придумайте сказку и проиграйте её дома со своим ребёнком

Научитесь верить в ребёнка, в его внутреннюю силу, в его возможности и способности. Старайтесь в своих разговорах с ребёнком расставлять акценты так, чтобы он не чувствовал себя живущим в мире враждебном, полном обмана, угроз и наказаний за каждый неверный шаг.

Итак, рассмотрев все выше сказанное, можно сделать вывод, что большая часть страхов младших школьников лежит в области учебной деятельности: «боязнь быть не тем», страх сделать ошибку, получить плохую отметку, боязнь конфликта со сверстниками. Родителям необходимо не только оказывать эмоциональную поддержку ребенку, но и без обид и раздражения учить детей встречать неизбежные в жизни трудности и препятствия, верить в свои способности.

Профессиональную помощь в преодолении страхов у ребенка вы можете получить в Алтайском краевом центре ППМС-помощи. Ведется предварительная запись по телефону: (83852)50-04-72.

Составитель: методист АКЦ ППМС-помощи Кодочигова И.И.

Материал подготовлены на основе источников:

Гаврилова, Е.В. Страхи у детей младшего школьного возраста [Электронный ресурс] /Е.В. Гаврилова // Первое сентября. – Режим доступа: http://открытыйурок.рф/статьи/652520/, свободный. – Загл. с экрана (дата обращения: 09.01.2018).

Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей [Текст] / А. И. Захаров. — СПб.: Речь; М.: Сфера, 2010. — 313с.