



*Жутко в сумраке nocturnal,  
Все тужит забота мышья,  
Мир не весь окован сном.*

*Кто-то шарит, роет, гложет,  
Бродит, крадется в тиши,  
Отгоняет и тревожит  
Сладкий, краткий мир души!*

*Чем-то стукнул ненароком,  
Что-то грузно уронил...  
В нашем доме одиноком  
Бродят выходцы могил.*

*Всюду вздохи — всюду тени,  
Шепот, топот, звон копыт...  
Распахнулись окна в сени  
И неплотно вход закрыт...*

*Вражеской силе нет преграды...  
Черным зевом дышит мгла,  
И колеблет свет лампады  
Взмах незримого крыла...*

*Юргис Балтрушайтис*

Найти помощь и поддержку

в решении проблем,

возникших в Вашей семье,

Вы сможете,

обратившись

к специалистам Центра «Гармония»

**НАШ АДРЕС:**

г. Углич,  
ул. Зины Золотовой, д.42

**ТЕЛЕФОН:**

8 (48532) 5-05-11,  
5-31-29

**E-MAIL:**

garnoniya.uglich@mail.ru

**САЙТ:**

www.garnoniya.edu-uglich.ru

*Составитель:* Замяткина И.М.

*Дизайн и компьютерная вёрстка:* Замяткина И.М.

 **Гармония**  
Центр психолого-медико-социального  
сопровождения, диагностики и  
консультирования детей и подростков



## Как помочь ребёнку справиться со **СТРАХОМ**



Углич  
2014

Происхождение страхов у детей - достаточно сложная проблема.

В возникновении страхов велика роль инстинкта самосохранения, предписывающего остерегаться неведомого. Поэтому и пугается ребенок при громком, непонятном ему звуке, боится неизвестных предметов, чужих людей и даже собственных родителей, когда они предстают перед ним в неизвестном облике, например в новой шубе, большой мехнатой шапке, и он не может сразу их узнать.

Страхи порождает и боль. Отсюда страх высоты, лестниц у падавших и сильно ушибавшихся детей.

Врожден иудущий от инстинкта самосохранения страх потери матери — и отсюда страх одиночества.

Ребенок одушевляет природу. И в сказках для него животные, растения и вымышленные персонажи живут человеческими страстями, любят и ненавидят, благодарят и наказывают. Отсюда страхи темноты, леса, волка, сказочных персонажей.

В проблеме детских страхов важны три момента:

1. Детей никогда не следует пугать ради послушания ничем и никем: ни дядей, ни волком, ни лесом. Пугать чем-либо — значит пугать смертью! В урочный час вы указываете ребенку на реальные опасности, но никогда на мнимые, придуманные, не пугаете его ради послушания. Воспитание страхом — жестокое воспитание. Последствия его — тревожная мнительность, чрезмерная осторожность, пассивность и подавление творческого начала.
2. Никогда не стыдите ребенка за испытываемый страх. Насмешки над боязливостью ребенка также жестокость. Стыд и страх взаимосвязаны. Под влиянием насмешек из чувства стыда ребенок начинает скрывать страх, но он не исчезает, а усиливается. И ребенок остается один на один со страхом, несмотря на то, что у него есть родители.
3. Никогда не оставляйте ребенка одного в незнакомой ему обстановке, в ситуации, когда возможно появление неожиданного, пугающего. Ребенок исследует неизвестное только рядом со взрослым.

От страхов ограждают мудростью и предусмотрительностью. Склонность к страху преодолевают добротой.

Поскольку за всеми страхами ребенка стоит неосознаваемый или осознаваемый страх смерти, то и профилактика страхов — воспитание оптимизма, воспитание уверенного в себе, самостоятельного, знающего то, что положено знать по возрасту об опасностях и угрозах, но относящегося к этому отвлеченно.

Ребенок не должен видеть непосильное для него: неблагоприятный финал болезни, тяжелые происшествия, смерть и похороны. Об этом не говорят при ребенке.

Взрослое — взрослому, детям — детское.

