

## *Детские страхи*

Родители довольно часто не подозревают, что их детей мучают страхи. Многие дети не склонны делиться подобными переживаниями. Одни, потому что стесняются выглядеть трусами, другие боятся так сильно, что СА разговор на эту тему приводит их в ужас.

Детские страхи – это очень серьезно. И в отличие от других проблем, о которых с полной уверенностью можно сказать «перерастет, пройдет с возрастом», в данном случае так сказать нельзя.

Ребенок растет, и страхи растут вместе с ним. С годами воображение развивается. Книги, фильмы, услышанные разговоры и реальные происшествия дают обильную пищу для фантазий. И если ребенок склонен к невротическим страхам, то фантазия работает против него. Страхи множатся, становятся все более подробными и агрессивными. Они наступают со всех сторон и буквальным образом пожирают душу ребенка.

Самое неразумное, что могут сделать взрослые, - начать при этом иронизировать, восклицая: «Трусишка! Да это же чепуха!». Этим самым вы только усугубите положение и породите в ребенке еще один страх – быть откровенным с Вами. Он окончательно замкнется в себе и останется со своим страхом один на один.

Как правило, детская трусость огорчает преимущественно отцов. В особенности если речь идет о мальчиках. И это вполне понятно. Каждому отцу хочется, чтобы его сын вырос настоящим мужчиной. И он полагает, что этого надо добиваться любым путем. Чаще всего конфликт происходит в семье, где сын «инороден» отцу. Отец – волевой, решительный, а сын – полная ему противоположность. Чувствительный, ранимый, застенчивый. При правильном воспитании он может в будущем выбрать профессию врача, педагога, либо найти себя в творчестве.

Отцу, который хочет воспитать «настоящего мужчину», очень полезно рассказывать о каких-то своих детских страхах, которые он со временем преодолел. Тогда у ребенка появится надежда, повзрослев, тоже стать храбрым и сильным.

Чем же помочь ребенку пережить свои страхи?

Прежде всего, необходимо быть предельно внимательными. Целенаправленное внимание поможет без лишних расспросов довольно быстро определить, что именно вызывает страхи у Вашего ребенка: темнота, замкнутое помещение, одиночество, животные, люди, высота, вода.... Поняв, в чем дело ни в коем случае не говорите об этом в присутствии самого ребенка. Постарайтесь создать атмосферу максимального психологического комфорта ребенка. Что это означает?

Во-первых, постарайтесь облегчить страдания. Держите крепче за руку, когда проходите мимо собаки. Оставляйте горящим ночник до тех пор, пока не заснет ребенок. На балконе будьте рядом с ним. Не заставляйте входить в воду против воли.

Во-вторых, дайте понять сыну или дочери, что ничего плохого не случится, что Вы, взрослый, всегда можете защитить и помочь ребенку!