**Возрастные страхи.**

Страх у человека имеет защитный характер. Большинство страхов у детей в той или иной степени обусловлено возрастными особенностями и имеют временный характер. Детские страхи исчезают бесследно, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления. Если же страхи ребенка осложнены и сохраняются длительное время, то это является признаком неблагополучия, говорит о нервном ослаблении ребенка, неправильном поведении родителей, незнании ими возрастных особенностей детей или наличии страхов у самих родителей , а может быть. и о конфликтных отношениях в семье. К сожалению, страхи детей возникают по вине самих родителей в случае семейных неурядиц, душевной черствости или наоборот чрезмерной опеки родителей или же же по причине родительской невнимательности.

Понимание чувств и желаний детей, их внутреннего мира, а также положительный пример родителей, уменьшение тревожности создают предпосылки для преодоления страхов.

Если страх выражен слабо и проявляется временами, то лучший способ – отвлечь ребенка, поиграть с ним в подвижные, эмоционально насыщенные игры или выйти на прогулку.

Наиболее адекватный вариант - отношение к страхам без лишнего беспокойства и фиксации, чтения морали или осуждения.

Помочь ребенку избавиться от страха – это значит принять активное участие в его жизни, вспомнить о своем детстве и быть более непосредственными в общении с детьми. Этому способствуют разнообразные совместные игры, кукольные представления ( домашний театр), рисование красками, танцы под веселую музыку, чтение сказок, придумывание веселых историй и множество других способов, если родители находятся на одной волне с ребенком. Казалось бы простые, всем знакомые детские игры, но не каждый взрослый понимает , какое значение они имеют для развития детей. Игра «Жмурки» помогает преодолеть страх замкнутого пространства. Игра «Прятки» помогает преодолеть страх темноты, одиночества и замкнутого пространства. Игра «Пятнашки» снимает страх неожиданного воздействия.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Возраст** | **Страх** | **Возрастные особенности** |
| 3-4 года | Бабы Яги  Кощея Бессмертного  Бармалея  Темноты | Непроизвольность психических процессов  Мышление конкретное  Сфера деятельности –непосредственное окружение  Речь – в становлении |
| 5-6 лет | Заболеть, заразиться  Транспорта  Смерти  Грабителей  Войны  Больших перемещений, улиц  Страшных снов  Одиночества  Насмешек | Непроизвольность психических процессов  Завершение становления речи  Возможность мыслить о вещах, отсутствующих в непосредственном окружении  Потребность в общении (социальный опыт)  Сформировано представление об обратимых и необратимых процессах |
| 7-11 лет | Нападения  Умереть  Темноты  Чужих людей  Высоты  Глубины  Насмешек  Не справиться с заданием  Стихийных бедствий | Произвольность психических процессов  Поиск причинно – следственных связей  Внутренний план действий  Формирование представлений о своей личности  Представление о морали. |