

Как себя вести взрослым, если у ребенка страхи?

Наиболее адекватный вариант поведения взрослых для устранения страхов – отношение к страхам без лишнего беспокойства и фиксации, чтения морали, осуждения, и наказания.

Если страх выражен слабо и проявляется временами, то лучше отвлечь ребенка, занять интересной деятельностью, поиграть с ним в подвижные, эмоционально насыщенные игры, выйти на прогулку. Тогда многие страхи рассеиваются как дым, если к тому же ребенок чувствует поддержку, любовь и признание взрослых, их стабильное и уверенное поведение.

Чем больше у ребенка интересов, тем меньше страхов, и наоборот, чем больше ограничен круг интересов и контактов, тем больше фиксация на своих ощущениях, представлениях и страхах. В большинстве случаев страхи уходят сами, так и не заявив о себе в полный голос. Звучащая в них тема перестаёт волновать ребёнка, поглощенного новыми впечатлениями.

С возрастом происходит интеллектуальная переработка страхов, теряющих чисто эмоциональный оттенок и наивный детский характер.

Главным фактором, препятствующим избавлению детей от страхов, будет неблагоприятное нервно – психическое состояние самих родителей и конфликты в семье.