

Возрастные особенности детских страхов

Дети испытывают различные типы страхов в разные возрастные периоды. Чего же и в каком возрасте боится ребенок?

Наиболее выраженные возрастные страхи у мальчиков и девочек 4—5 лет — страх одиночества, ночные страхи, страх сказочных персонажей, страх смерти родителей, страх пожара, страх перед животными.



Для мальчиков характерны такие страхи, как страх потери родителей, страх войны, страх боли, страх чудовищ. Для девочек — страх смерти, страх темноты, страх высоты.

У детей 5—7 лет (независимо от пола) добавляются такие страхи, как: страх перед падением, страх наказания, страх перед стихией, страх перед неожиданными звуками. У девочек 5—7 лет страхи более выражены, чем у мальчиков. Девочки чаще, чем мальчики, боятся: смерти, глубины, высоты, пожара, врачей, темноты, страшных снов, замкнутого пространства. Определить, соответствует ли количество страхов и их содержание возрасту ребенка, поможет психолог.

При поступлении в школу формы страхов меняются. На первый план выступают *социальные страхи*: боязнь опозданий, невыполненного задания, наказания. Если в начале обучения возникают какие-то проблемы, часто формируется *страх школы*, что мешает всему дальнейшему обучению.

Дети от 7 до 8 лет также боятся темноты, катастроф, неприятия сверстниками. Страх разлуки и боязнь остаться одному больше характерны для единственного ребенка в семье.

Если страхи привязаны к определенным ситуациям и не нарушают качество общения ребенка с окружающими, то достаточно спокойно вести себя с ребенком, терпеливо ожидая, когда страхи исчезнут сами по мере взросления. Но если ребенок становится робким, пугливым, вздрагивающим от любого шороха, избегает общения со сверстниками (у некоторых могут наблюдаться даже панические атаки — неадекватное эмоциональное состояние, которое не поддается волевому контролю, возникает внезапно, в ответ на малозначимый стимул), необходима помощь специалиста — психолога или психотерапевта.

Ночные страхи

Ночные страхи проявляются прежде всего в сновидениях, содержание которых в причудливых формах отражает все яркие впечатления прошедшего дня. Чем больше выражено напряжение, стрессовое состояние у ребенка днем, тем вероятнее, что покоя не будет и ночью. О том, что ребенку снится страшный сон, можно догадываться по его поведению: он беспокойно ворочается, вскрикивает, разговаривает во сне, часто пробуждается и не всегда тут же засыпает. Утром такой малыш выглядит разбитым, капризным, усталым и вялым.

Какие дети чаще всего видят страшные сны? Дети, которые не уверены в себе, тревожно-мнительны, робкие и боязливые, а также дети художественно одаренные, с богатым воображением. Девочки значительно чаще видят страшные сны, чем мальчики. Особая категория — это нервно ослабленные дети, дети с невротическими расстройствами. Как правило, ночные страхи у этих детей обязательно сопрягаются с другими страхами (страх сказочных персонажей, страх одиночества, страх потери близких и пр.). Есть, наконец, дети, у которых кошмарные сновидения вызваны органическими поражениями головного мозга. Ночью во сне они обычно кричат, появляется дрожание, такие дети не просыпаются до конца, не узнают маму, наутро ничего не помнят. Подобные ночные приступы — скорее медицинская проблема. В данном случае необходимо обратиться к неврологу.



Ночные страхи

Ночные страхи проявляются прежде всего в сновидениях, содержание которых в причудливых формах отражает все яркие впечатления прошедшего дня. Чем больше выразительно и напряженно, стрессовое состояние у ребенка днем, тем вероятнее, что ночью не будет и ночью. О том, что ребенку снится страшный сон, можно догадываться по его поведению: он беспокойно ворочается, вскрикивает, разговаривает во сне, часто пробуждается и не всегда тут же засыпает. Утром такой малыш выглядит разбитым, капризным, уставшим и вялым.

Какие страхи чаще всего видит страшные сны? Дети, которые не уверены в себе, тревожно-мнительны, робкие и боязливые, а также дети художественно одаренные, с богатым воображением. Девочки значительно чаще видят страшные сны, чем мальчики. Особой категорией — это недоволе ослабленные дети с нервотетическими расстройствами (страх сказочных персонажей, страх одиночества, страх потери близких и пр.). Есть, наконец, дети, у которых ночные страхи — это проявление органических поражений головного мозга.

Вспомогательные средства: выслушивание, разговор, тактильный контакт. Если же страхи не уходят, необходимо обратиться к невропатологу.



Возрастные особенности детских страхов

Дети испытывают различные типы страхов в разные возрастные периоды. Что же и в каком возрасте боится ребенок?

Наиболее выраженные возрастные страхи у мальчиков и девочек 4—5 лет — страх одиночества, ночные страхи, страх сказочных персонажей.



Когда необходима помощь специалиста?

- Ребенок долго (в период более 30 минут) не может уснуть, боится Бабы Яги, Волка и пр.
- Ребенок боится идти в театр, в гости, так как там ему «гроит опасность» (привет Бармаля и пр.).
- Страх сказочных персонажей сохраняется в течение длительного времени и приобретает панический характер (например, ребенок требует держать закрытыми все окна и двери «чтобы не вошел Снежная Королева»).
- Ребенок становится плаксивым, капризным, тревожным, пугливым, нарушается его общение с детьми.

Следует помнить, что игнорирование данной проблемы может привести к невропатизации ребенка и осложнению его адаптации в детском дошкольном учреждении.



Чего не следует делать перед сном родителям детей, которые страдают от ночных страхов?

- Включать телевизор (исключение — традиционный семейный просмотр передачи «Спокойной ночи, малыши!»).
- Играть с ребенком в шумные игры.
- Спориться в присутствии ребенка.
- Запугивать ребенка, когда тот отказывается идти спать.
- Высказывать страхи, реально осложняющие жизнь ребенка.
- Обсуждать любые семейные проблемы или вопросы, касающиеся трудностей в воспитании и образовании ребенка.
- Плотно кормить ребенка жирной и калорийной пищей.

Лучше всего на болящего ребенка действуют:

- похвала за успехи прошедшего дня;
- чтение любимой книжки;
- мягкий приглушенный свет;
- спокойная беседа;
- совместные приготовления ко сну (поставить постель, найти любимую игрушку и пр.).



НЕ ЗАБУДЬТЕ ПОДПИСАТЬСЯ НА ЖУРНАЛ И ЕГО ПРИЛОЖЕНИЯ

ДОШКОЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА

83043

Каталог ГАЗЕТЫ, ЖУРНАЛЫ агентства «Роспечать»

12816

Каталог Российской прессы ПОЧТА РОССИИ, Межрегиональное агентство подписки (МАП)

ИНФОРМАЦИОННО-ДЕЛОВОЕ ОСНАЩЕНИЕ



80750

Каталог ГАЗЕТЫ, ЖУРНАЛЫ агентства «Роспечать»

ОСНАЩЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА
Наглядно-дидактический материал

47184

Каталог ГАЗЕТЫ, ЖУРНАЛЫ агентства «Роспечать»

Наглядное пособие

Екатерина Игоревна Шапиро

Особенности эмоционального развития дошкольника 3—7 лет

ББК 88.8
Ш23

Е. А. Шапиро

Ш23 Особенности эмоционального развития дошкольников 3—7 лет. — СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013. — 16 с., цв. ил. — (Информационно-деловое оснащение ДОУ).

В этом выпуске информационных стенов известный детский психолог дает ответы на актуальные для многих родителей вопросы о детских страхах и немотивированной агрессии дошкольников. В издании раскрываются причины подобного эмоционального поведения и даются советы по его коррекции.

© Е.И. Шапиро, 2011
© Е. Г. Эргардт, иллюстрации, 2011
© ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011

ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,
197348 СПб., а/я 45. Тел.: (812) 303-89-58
E-mail: detstvopress@mail.ru
www.detstvo-press.ru

Представительство в Москве: ООО «Разум»,
127434 Москва, Ивановская ул., д. 34.
Тел.: (499) 976-65-33. E-mail: razum34@gmail.com
www.raz-um.ru

Служба «Книга — почтой»:
ООО «Век развития»,
192029 СПб., пр. Обуховской Обороны, д. 105.
Тел.: (812) 8-911-924-04-58
E-mail: vek-razvitiya-1@yandex.ru

Налоговая льгота — Общероссийский классификатор
продукции ОК 005-93—953000.
Подписано в печать 20.09.2013 г.
Формат 60×90/8 Бумага офсетная. Печать офсетная.
Гарнитура Gals. Усл. печ. л. 2,0. Доп. тираж 1800 экз.
Заказ №

Отпечатано в ООО «ПрофПринт»,
СПб., п. Парголово, ул. Ломоносова, д. 113.
Тел.: (812) 513-85-44
E-mail: info@profprint.net

ISBN 978-5-89814-677-1



9 785898 146771 >

