**Консультация для родителей**

**«Детские страхи: причины возникновения и методы преодоления»**

Страхи у детей появляются вместе с познавательной деятельностью, когда ребенок растет и начинает исследовать окружающий мир. Он развивается в социуме, и ведущую роль в воспитании играют взрослые. Поэтому от того, насколько грамотны будут наши слова и поведение, зависит психическое здоровье малыша.

**Как возникают детские страхи?**   
Все маленькие дети чего-нибудь да боятся. Но очень многие родители даже не знают о страхах своего ребенка. Такая ситуация не только парадоксальна, но и опасна, потому что именно страх сплошь и рядом закладывается многими родителями в основу выработки послушания. Зачастую, совершенно не задумываясь о последствиях, мы вызываем страх, чтобы заставать ребенка сделать то, что считаем необходимым.   
Таким образом, чтобы избавить ребенка от страхов, необходимо, прежде всего, критически оценить семейную ситуацию, проанализировать свое родительское поведение.   
**Существует множество причин возникновения страхов у детей.**

- Большое количество запретов.

- Предоставление полной свободы.

- Гиперопека, изоляция от общения с другими детьми, чрезмерная защита от опасностей.

- Страхи родителей могут передаться ребёнку, это может произойти даже неосознанно.

- Одиночество, нехватка общения с родителями.

- Угрозы в семье, авторитарное и запугивающее воспитание («Быстро спать, а то сейчас баба-яга заберет!», «Не убегай, а то дядя тебя посадит в мешок и унесет с собой!»,

- Ссоры родителей и негативные отношения в семье друг к другу.

- Черты характера: впечатлительность, ранимость, тревожность, пессимизм, мнительность, неуверенность в себе.

- Детские фантазии. В этом случае чаще всего страх возникает из-за страшной сказки, разговоры при ребёнке о смерти, болезнях, пожарах, убийствах, а также ребёнок может и сам придумать себе страх.

- Сравнение ребёнка с другими.

Возникновение того или иного страха зависит, в первую очередь, от характера ребёнка. Но чаще всего мы сами учим детей бояться одним неосторожным словом, запугиванием, даже самым безобидным на первый взгляд. Ребёнка может сильно испугать излишне эмоциональное предупреждение об опасности или же реакция на неё взрослого.

**Как преодолеть страхи**

Почти все детские страхи временные и поддаются коррекции. Но, несмотря на это, родители должны серьезно относиться к страхам детей, ни в коем случае не игнорировать их, иначе детская психика сильно пострадает.

Родители должны помнить, что во многом всё зависит от Вас, умением вовремя успокоить, адекватно отреагировать на возникший страх, сказать теплое слово. В тех случаях, если в домашних условиях страх преодолеть не получилось, необходимо обратиться к детскому психологу.

**Дата:** февраль 2021г.

**Подготовила:**педагог-психолог Березовская Наталья Олеговна

**Ата-аналарғакеңес беру**

**"Балалардың қорқынышы: себептері мен жеңу әдістері»**

Балалардағықорқыныш бала өсіп, айналасындағыәлемдізерттейбастағандатанымдықбелсенділікпенбіргепайдаболады. Олқоғамдадамиды, ал ересектербілімберудежетекшірөлатқарады. Сондықтанбаланыңпсихикалықденсаулығыбіздіңсөздеріміз бен мінез-құлқымыздыңқаншалықтысауаттыболуынабайланысты. Балалардыңқорқынышықалайпайдаболады? Барлықкішкентайбалаларбірнәрседенқорқады. Бірақкөптегената-аналартіптібаласыныңқорқынышынбілмейді. Бұлжағдайпарадоксалдығанаемес, соныменбіргеқауіпті, өйткенібұлкөптегената-аналармойынсұнушылықтыдамытуүшіннегізболатынқорқыныш. Көбінесе, салдарытуралымүлдемойламай, бізбаланықажетдепсанайтыннәрсеніжасауғамәжбүретуденқорқамыз. Осылайша, баланықорқыныштанарылтуүшін, еңалдымен, отбасылықжағдайдысынитұрғыданбағалау, ата-аналықмінез-құлқынталдауқажет.

**Балалардақорқыныштыңкөптегенсебептері бар.**

Осы немесебасқақорқыныштыңпайдаболуы, еңалдымен, баланыңтабиғатынабайланысты. Бірақкөбінесебізбалалардыбірұқыпсызсөзбен, қорқытумен, тіптібірқарағандаеңзиянсызқорқуғаүйретеміз. Бала қауіптуралытымэмоционалдыескертуденнемесеересекадамныңоғанреакциясынанқаттықорқуымүмкін.

**Қорқыныштықалайженугеболады?**

Балалардыңбарлыққорқыныштарыуақытшажәнетүзетугебейім. Бірақ, соғанқарамастан, ата-аналарбалалардыңқорқынышынбайыптықабылдауыкерек, олардыелемеугеболмайды, әйтпесебаланыңпсихикасықаттызардапшегеді.

Ата-аналаркөпжағдайдабәрісізге, уақытындатыныштандыруқабілетіне, қорқынышқабарабаржауапберуге, жылысөзайтуғабайланыстыекенінестеұстауыкерек. Мұндайжағдайларда, егерүйдеқорқынышжеңеалмаса, сізбалаларпсихологынажүгінуіңізкерек.

**Күні:** 2021ж. ақпан айы

**Дайындаған:** педагог-психолог Наталья Олеговна Березовская