



КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ НА ТЕМУ: *«Некоторые источники волнения у детей»*

Каждый ребёнок испытывает страх и тревогу, и это нормально. Однако дети часто не понимают, что вызывает их беспокойство. Родители иногда удивляются: «Почему наши дети такие пугливые? У них же нет причин для страха!» Важно знать, что может вызывать тревогу у детей, и как помочь им справиться с этим.

Страх быть брошенным

Один из самых сильных детских страхов — это страх быть оставленным родителями. «Когда ребёнок чувствует, что его не любят, это вызывает в нём ужас. Отвержение приводит к гневу, а гнев может вылиться в преступление. Один ребёнок, которого отвергли, убивает кошку и пытается скрыть следы, другой крадёт деньги, чтобы почувствовать себя любимым, а третий стремится к власти, и каждый раз грех и месть порождают ещё больший грех» (Джон Стейнбек). Никогда нельзя угрожать ребёнку, что его бросят, — ни в шутку, ни всерьёз. Такие слова пробуждают в нём страх остаться одному в этом мире. Если нужно разлучиться на время, ребёнка следует заранее подготовить к этому. Дети легче переживают стресс, если знают, что их ждёт.

Чувство обиды

Родители иногда вызывают у детей чувство обиды, как намеренно, так и ненамеренно. Обида, как соль, важна в нашей жизни, но только в небольших количествах. Когда ребёнок нарушает правила, за этим должно следовать порицание. Однако важно, чтобы дети понимали, что их любят, независимо от их поступков.

Трения между родителями

Когда родители ссорятся, дети переживают сильное волнение и обиду. Они чувствуют себя виноватыми и не могут остаться в стороне конфликта. Дети часто принимают сторону одного из родителей, что может привести к потере образца для подражания. В результате они могут вырасти подозрительными и враждебными к представителям противоположного пола.

Родители, которые пытаются завоевать любовь ребёнка в борьбе друг с другом, часто прибегают к непедагогическим методам (подкуп, лесть, ложь). Это может привести к тому, что ребёнок научится манипулировать родителями.

Отказ из-за самостоятельности

Когда ребёнку отказывают в возможности заниматься чем-то или выполнять обязанности, которые он считает своими, это вызывает у него обиду и негодование. Это может привести к мысли о мести и внутреннему волнению. Маленькие дети учатся новым навыкам постепенно. Лучший способ помочь им — быть терпеливыми и подсказывать, как справиться с трудностями. Ребёнок чувствует поддержку и близость с родителями, что помогает ему справиться с волнением.

Ограничения физической активности

Во многих семьях не хватает места для активной игры. Тесные квартиры и дорогая мебель не позволяют детям прыгать, бегать и лазать. Ограничения в движении приводят к накоплению напряжения и тревоге. Маленькие дети нуждаются в физической активности, чтобы выплеснуть энергию. Для этого им нужна специальная комната для игр, которая способствует их физическому и психическому здоровью.

Страх смерти

Для взрослых смерть — это необратимый акт, вызывающий боль и горе. Дети же не понимают, что люди умирают. Некоторые родители пытаются защитить детей от боли, связанной с потерей любимых. После смерти рыбок или черепашек они заменяют их новыми, надеясь, что ребёнок не заметит разницы. Первый шаг, чтобы помочь ребёнку справиться с утратой, — это позволить ему открыто выразить свои чувства. Утешение приходит, когда он делится своими переживаниями. Родители могут помочь ему выразить эти чувства.