

Страх перед насекомыми и животными.

Некоторые дети пугаются незнакомых насекомых и животных. Страх не всегда начинается с негативного опыта. Многие люди боятся змей, хотя, возможно, никогда не встречали их в жизни. У человека могут развиваться страхи, когда он наблюдает страхи других, а также узнает об опасных ситуациях из книг и телепередач.



Многие распространенные детские страхи не такие уж сильные и легко проходят. Дети могут поверить, что насекомое не укусит их, оно просто неприятное.

Когда вы избегаете встречи ребенка с объектом страха (например, собакой) или с ситуацией, которая может напугать малыша (присутствие паука), то вы только усугубляете страх. Избежав пугающей ситуации, ребенок получает облегчение, но начинает верить в то, что этого можно добиться только таким способом.

Ребенок преодолевает сильные страхи, узнавая, что определенные ситуации не так уж страшны, как кажется. Например, собаки могут быть дружелюбными. Также ребенок обнаруживает, что если оставаться в такой

ситуации довольно долго, то можно побороть свою неуверенность, а страхи и сомнения при этом ослабевают.

Учите преодолевать страх на своем примере. Сами гладьте собаку, позволяйте пауку ползать по себе. Расскажите ребенку о своих ощущениях, чувствах. Можно, чтобы малыш понаблюдал за вами из окна. Потом предложите подойти поближе., потом еще ближе. Начинайте с малых достижимых целей. Например, играть с щенком для ребенка не так страшно, как со взрослой собакой. Если ребенок преодолел страх, похвалите его, заметьте, что ему было не легко, и вы им гордитесь. Не в коем случае не унижайте свое чадо, если у него не получается. Унижения здесь не помогут, он обидится на вас за такое отношение.

Не забывайте приучать детей соблюдать осторожность. Никогда не приближайтесь к незнакомой собаке большими шагами, никогда не трогай змею, если не знаешь, что это за змея.

Если страх сильно мешает ребенку жить (например, он отказывается ходить в школу), то здесь требуется помощь специалиста.

