**Детские страхи. Чего боятся наши дети?**

По данным исследований, каждый второй ребенок в том или ином возрасте испытывает страхи. Наиболее часто этому подвержены дети от двух до девяти лет. В этом возрасте ребенок уже многое видит и многое знает, но еще не все понимает, необузданная детская фантазия еще не сдерживается реальными представлениями о мире. Однако, страхи, как и другие эмоциональные расстройства в этом возрасте, скорее говорят о некотором преувеличении нормы в процессе развития, чем о чем-то анормальном.

Диапазон детских страхов ограничен только фантазией, а она границ не имеет. Каждый страх индивидуален и психологи при работе с детскими страхами обращают внимание не столько на содержание их, сколько на причину, количество и тяжесть этих страхов.

***Страх перед неизвестным***

Проблема страхов младших школьников чаще всего встречается у домашних детей, которые никогда не ходили в детский садик. Они пугаются того, что не будет рядом мамы и придется общаться с незнакомыми детьми, боятся ходить в туалет, потому что страшно потеряться в школьных коридорах, переживают, что с ними не будут дружить.

Таким детишкам надо рассказывать, обсуждать, показывать. Расскажите ребёнку на своём примере, что вас пугало, и как вы с этим справились. Вспомните школьные истории, но с хорошим концом, чтобы ребёнок был уверен, что ничего страшного в школе нет, и всё будет хорошо.

***Негативный опыт***

Первоклашка уже может иметь негативный опыт, “благодаря” подготовке к школе. Где у него могли быть проблемы – обучение давалось с трудом. Конечно же, ребёнок боится повторения этого ужаса.

Если у ребёнка были проблемы с учителем, нельзя говорить что учитель плохой. Для первоклашки учитель должен быть авторитетом. Посмотрите на ситуацию адекватно, постарайтесь разобраться, кто прав, а кто виноват, рассудите и объясните. Научите ребёнка решать конфликты со сверстниками. Конечно, он может на вас рассчитывать, ведь вы всегда на его стороне, но с одноклассниками разбираться всё же придётся ему самому.

***У меня не получается***

У младших школьников и дошкольников эта проблема может расти из самого раннего детства, когда взрослые делали всё за малыша, оправдывая это тем, что они смогут сделать лучше и быстрее. Дети боятся, что не смогут хорошо учиться, и поэтому не смогут найти себе друзей - дружат с теми, кто учится хорошо и много знает, с ними интересно.

Старайтесь чаще подбадривать ребёнка, хвалите, но только объективно. Вспоминайте моменты, когда у него всё получалось, оценивайте и радуйтесь его успехам. Доверяйте ребёнку важные дела и задания, и давайте больше самостоятельности.

***Поддержка***

Ребёнку особенно нужна ваша поддержка, для того чтобы учиться, нужна похвала, чтобы двигаться вперёд, необходимо ощущение стены за спиной, чтобы быть уверенным в себе. Ему необходимо, чтобы вы говорили “Мы тебя очень любим! Мы всегда с тобой!”.

***Адаптация***

Привыкнуть к школе ребёнок может и за первую четверть, а может и до Нового года.  
В это непростое для вашего малыша время от вас потребуется: уделять ему больше внимания, больше наблюдать за ребёнком (что рисует, во что играет, его интересы и переживания), ваша поддержка, общение с одноклассниками и учителями.

***Режим***

Режим важен не только для первоклашек, но и для всех-всех школьников.

Необходимо ложиться спать и утром вставать в одно и то же время. Собирать всё необходимое для школы с вечера, чтобы утром было достаточно времени для завтрака, зарядки и дороги в школу.