

## Детская смелость и страх

*В первую очередь необходимо вспомнить, что такое страх. Страх — это защитная реакция человека на возникшую опасность. Мы не трогаем незнакомых насекомых, потому что боимся укуса; не заходим в незнакомый темный двор, так как предполагаем возможную опасность. То есть страх — необходимая нам реакция.*

*Что касается детских страхов, они могут быть как вполне обоснованными, так и выдуманскими (монстры, крокодилы под кроватью и т. д.). Вы можете задать вопрос: «Зачем бороться с детскими страхами, наверняка они пройдут с возрастом?» И отчасти будете правы. Бороться следует не со страхами, а с фобиями, которые подавляют ребенка и мешают ему в жизни.*

Преодоление страха считается одним из наиболее значимых вызовов, которые когда-либо стояли перед детьми. Страх является одним из наибольших врагов детской психики. А смелость представляет собой качество характера, которое можно выработать.

Необходимость страха определяется инстинктом самосохранения. Однако большинство детских страхов постепенно фактически выходит за границы простого самосохранения.

Дети боятся что-то изменить, выглядеть нелепыми, быть не такими как все. Другими словами, постепенно данная эмоция подчиняет себе жизнь детей. Она из качества, изначально призванная приносить пользу индивиду, трансформируется в балласт, мешающий движению и успешной жизни.

Многие дети испытывают чувство страха перед выполнением каких-то упражнений, спортивным оборудованием. Многие из вас сталкивались с тем что ребенок боится прыгать через «козла», лазить по канату и т.д. это то что вы помните со школы. Тоже самое происходит и в детском саду. Дети боятся первый раз подбросить мяч, пройти по скамейке, прыгнуть в высоту. На преодоление этих страхов и направлена моя индивидуальная работа.

Каждый индивид на земле чего-то боится, однако это не означает, что не существует храбрых людей. Ведь храбрость не проявляется в отсутствии страха, она выражается в способности брать над ним контроль. Поэтому проблема не заключается только в самом страхе, она содержится в понимании того, что способствует его преодолению и контролю над ним.

Например, есть в группе ребенок, который боится прыгать в высоту через перекладину. Тут стоит еще разобраться боится прыгать или того что прыжок не получится. Один ребенок начинает смело прыгать если перекладину

заменить на мягкие маты, а другой попробует первый раз только когда никого не будет рядом. При этом надо еще внушить ребенку доверие, уважение чтобы он тебе поверил, доверился и рискнул.

Страх не зависит от возраста и половой принадлежности.

Страхи в этом возрасте обусловлены эмоциями в большей степени, чем характером.

Двигаясь маленькими шагами к своей цели, ребенок, обладающий смелостью, способен преодолеть собственные бязни.

Приобретя навык избавления даже от очень маленького страха, открываем мир с иной стороны.

У ребенка появляется позитивный настрой, чувство и уверенность в том, что он все сможет.

Взрачивая храбрость и доблесть, становимся примером для подрастающего поколения.

*Многочисленные исследования, свидетельствуют, что в дошкольном периоде страхи наиболее эффективно подвергаются психологической коррекции, так как они в большинстве своем носят переходящий характер.*