

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 63 «Машенька» Старооскольского городского округа

Консультация
для родителей
«Страхи двухлетнего ребенка»

Педагог-психолог
Скорых Е.В.

2024
декабрь

Страх разлучиться с родителями. Вот что иногда происходит, когда чувствительный зависимый ребенок 2 лет, особенно единственный в семье, неожиданно разлучается с матерью. Может быть, ей необходимо уехать из города недели на две или Она решает вернуться на работу и нанимает няню (незнакомо человека) для своего ребенка. Обычно ребенок ведет себя спокойно, пока матери нет. Но когда мать возвращается, он прилипает к ней, как пиявка, и отказывается даже близко подпускать к себе другую женщину. Он впадает в панику, когда ему кажется, что мать может снова уйти. Особенно сильно он боится расстаться с матерью, когда ему пора идти спать. Ребенок в ужасе сопротивляется. Если мать вырвется от него, он может в страхе проплакать несколько часов. Если она сидит у его кровати, он лежит спокойно, но стоит ей шевельнуться, как он немедленно вскакивает.

Иногда ребенок беспокоится, что он может намочить постель. Он просится на горшок, мать сажает его, он выдавливает несколько капель, но как только его кладут в постель, снова просится на горшок. Вы скажете, что он просто пользуется этим предлогом, чтобы удержать мать. Это правда. Но дело не только в этом. Дети действительно боятся намочить постель. Иногда они просыпаются ночью каждые 2 часа, думая об этом. В этом возрасте мать уже неодобрительно относится к таким «происшествиям». Может быть, ребенок представляет себе, что если он намочит постель, мать будет меньше его любить и тогда уедет. Таким образом, у него две причины боязни уснуть

Избегайте поводов для страхов. Дети, которые с младенческого возраста часто бывали среди незнакомых людей и тем самым имели возможность развить свою независимость и общительность, менее подвержены упомянутым страхам.

Если вашему ребенку около 2 лет, старайтесь избегать коренных изменений в его жизни. Если вы можете отложить на полгода свое путешествие или выход на работу, лучше отложите, особенно если это ваш первый ребенок. Но если вам необходимо ехать сейчас, дайте ребенку возможность привыкнуть и полюбить человека, на попечение которого вы его оставляете. Если ребенок будет жить в чужой семье, то тем более важно постепенно приучить его к новому дому и новым лицам. Отведите на это минимум недели две. Пусть новый человек первые несколько дней только присутствует, но ничего не делает для ребенка до тех пор, пока ребенок не почувствует к нему доверие и симпатию. Затем постепенно передавайте свои обязанности. Не оставляйте ребенка сразу на целый день. Начните с получаса, постепенно увеличивая время разлуки. Ваше быстрое возвращение приучит его к мысли, что вы всегда вскоре придете к нему. Не уезжайте на долгий срок (например, на целый месяц) вскоре после того, как переедете на новое местожительство, или после того, как уехал кто-либо из

членов семьи. Двухлетнему ребенку требуется много времени, чтобы привыкнуть к каждому изменению в жизни семьи.

Как помочь преодолеть страх. Если ваш ребенок боится заснуть, самое безопасное, но и самое трудно выполнимое средство — тихо посидеть около его кровати, пока он не уснет. Не торопитесь улизнуть. Если он еще не уснул, ваш уход испугает ребенка и сделает его сон еще более чутким. Это положение может затянуться на несколько недель, но в конце концов вы добьетесь того, что он перестанет бояться уснуть. Если он боится, что вы снова уедете, постарайтесь не уезжать в следующие несколько недель. Если вам необходимо уходить на работу каждый день, прощайтесь с ним ласково, но твердо и весело. Если у вас такой вид, будто вы думаете про себя: «А правильно ли я поступаю, оставляя его», то ребенку становится еще более не по себе.

Попытки заставить ребенка уснуть путем отмены дневного сна или сдвига ночного сна на все более позднее время обычно почти ничего не дают, так же как и успокоительные средства, прописанные врачом. Ребенок может в панике заставлять себя не спать часами, хотя он близок к изнеможению. Вам придется его успокоить.

Если ребенок беспокоится, что он может намочить постель во сне, убедите его, что это не имеет значения и вы все равно будете любить его по-прежнему.

Излишняя заботливость только усиливает страх. Ребенок, который боится расстаться с матерью, очень ревниво относится к тому, переживает ли мать расставание с ним также тяжело. Если мать колеблется и ведет себя неуверенно, когда ей нужно уйти, если она спешит к нему при первом крике, ее беспокойство еще более уверяет его, что расставаться с ней действительно почему-то опасно.

Это может показаться противоречивым после моего совета сидеть около кровати ребенка, пока он не уснет, и не уезжать от него, если он страшится разлуки. Мать должна проявить дополнительное внимание к ребенку, если он напуган, так же как она сделала бы это, если бы он заболел. Но ей следует вести себя весело, уверенно, показывая ему, что оснований для страха нет. Ей следует также поощрять ребенка проявлять самостоятельность, когда он будет к этому морально готов, и хвалить его, когда он делает успехи на этом пути. Такое поведение матери — самый верный способ помочь ребенку преодолеть свой страх.

Чрезмерная заботливость неизбежно делает ребенка слишком зависимым от родителей, что является причиной панического страха, трудного засыпания и его избалованности.

Излишнюю заботливость, как правило, проявляют очень преданные мягкосердечные родители, которые легко поддаются чувству вины, даже когда для этого нет оснований.