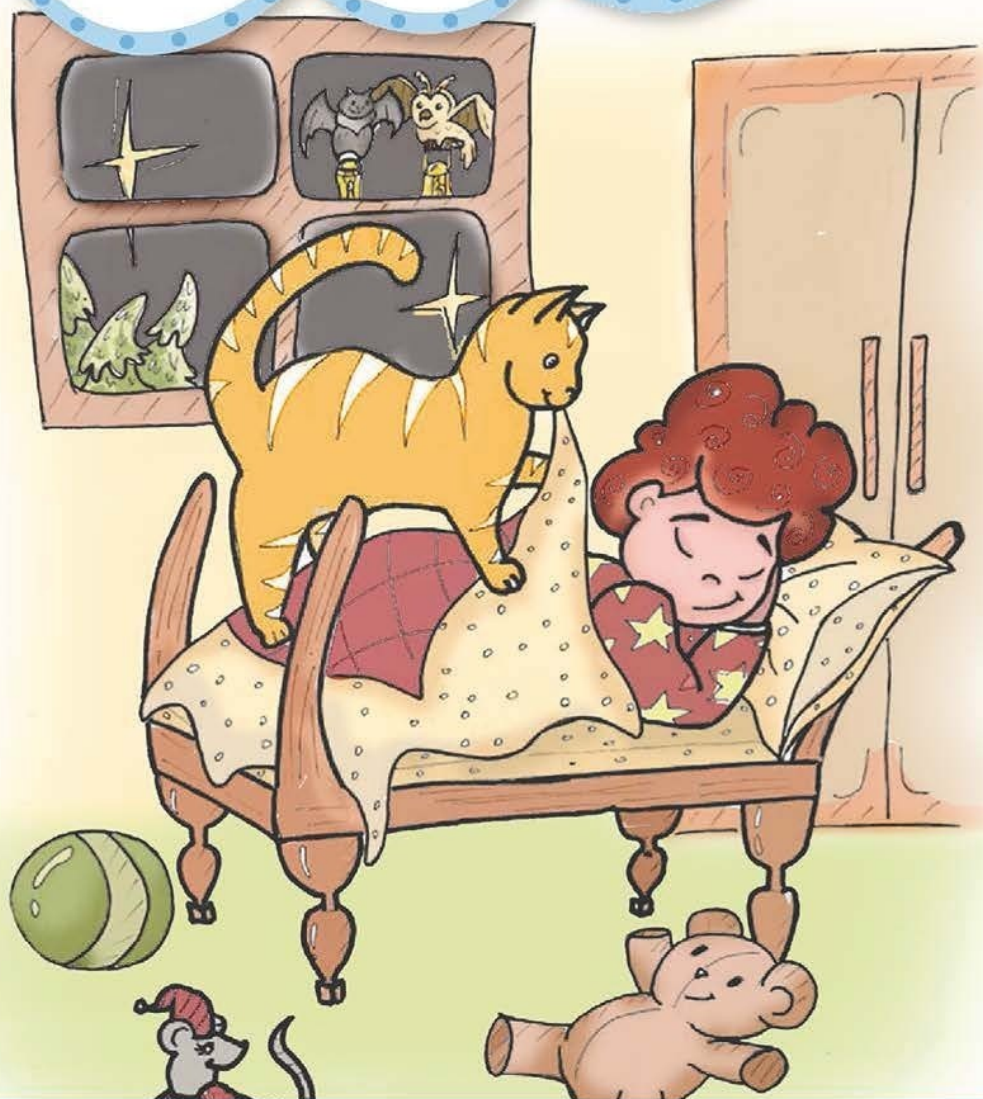


А. А. Демина

# НЕ БОЙСЯ, МАЛЫШ



Сборник терапевтических сказок

Александра Демина

**Не бойся, малыш. Сборник  
терапевтических сказок**

«Директ-Медиа»

2021

УДК 159.922.73:82-34  
ББК 88.411-52+83.84

**Демина А. А.**

Не бойся, малыш. Сборник терапевтических сказок /  
А. А. Демина — «Директ-Медиа», 2021

ISBN 978-5-4499-2118-5

Для чего человеку нужен страх? Все люди чего-то боятся. Страх является нашим предохранителем от несчастных случаев (один раз больно ударившись, ребенок запомнит и не полезет больше на ту ступеньку, а на объектах еще выше задумается, нужно ли это вообще), от перевозбуждения нервной системы (после шумного праздника малыш может еще несколько дней «бояться» громких звуков, а на самом деле его мозг будет отдыхать) и т. д. Все зависит от конкретного ребенка и случая. В этой книге мной собрано несколько самых распространенных детских страхов, которых, в свою очередь, так боятся родители. Каждая глава включает в себя краткое теоретическое описание страха, где мы вместе думаем и разбираем возможные причины, и что с этим можно сделать. В конце каждой сказки приведено несколько вопросов, позволяющих поговорить и подумать вместе с ребенком и сделать какие-то выводы.

УДК 159.922.73:82-34  
ББК 88.411-52+83.84

ISBN 978-5-4499-2118-5

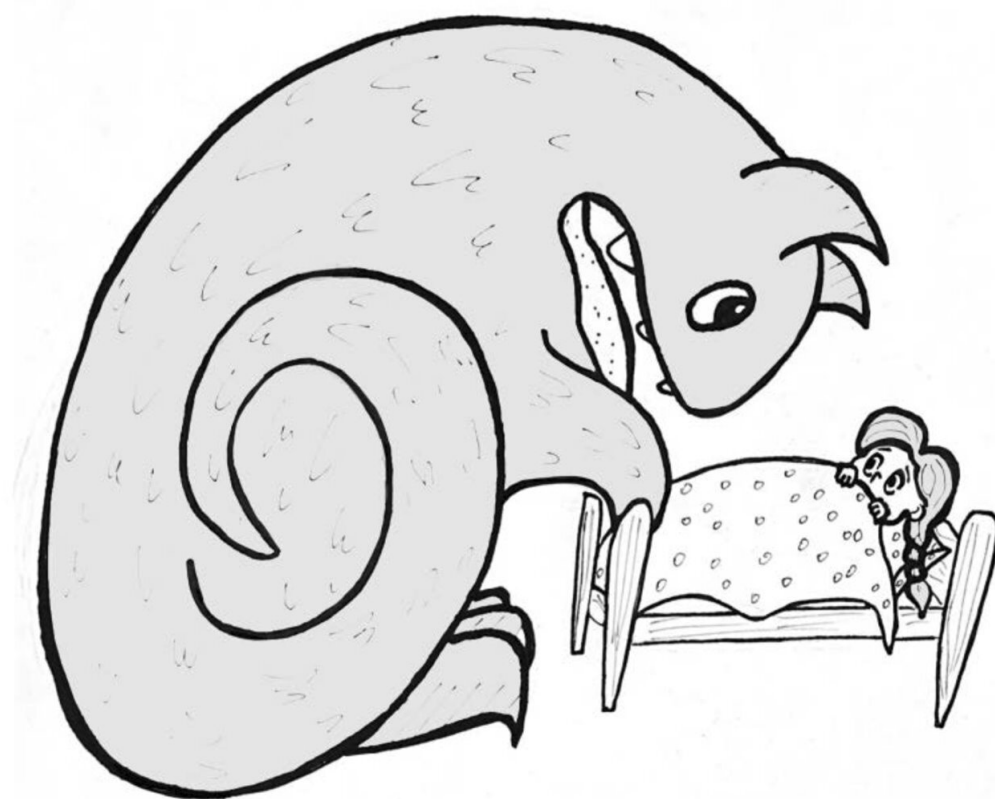
© Демина А. А., 2021  
© Директ-Медиа, 2021

## Содержание

|                                           |   |
|-------------------------------------------|---|
| ПРЕДИСЛОВИЕ.                              | 5 |
| Глава 1. СТРАХ ОГНЯ. ПОЧЕМУ И ЧТО ДЕЛАТЬ? | 8 |
| Конец ознакомительного фрагмента.         | 9 |

**Демина А. А.  
Не бойся, малыш. Сборник  
терапевтических сказок.  
Художественная литература**

**ПРЕДИСЛОВИЕ.  
Что такое страх и зачем он нужен**



Если вы читаете эти строки, значит нам интересно одно и то же: как помочь малышу. Это может быть ваш рожденный или приемный ребенок, а может быть – внутренний, с которым вы – сильный и любящий взрослый, решили вместе шагнуть в его страх. Что он значит? Какой он? О чем? Для чего он нужен? Мы привыкли избегать страха, «бороть» его, не замечать, максимально уходить от него. Как часто мы произносим (или слышим): «Да нет, это не страшно»? Как часто эта фраза обесценивает то, что казалось таким важным? И как сложно честно признать «да, это страшно» и пойти в этот страх. Заглянуть в него, посмотреть, почувствовать, познакомиться с ним. Запустить в него руку. Страшно, да. Бояться можно. Вдох-выдох. Теперь время спросить у себя: для чего мне этот страх? Что он хочет мне сказать? Может быть от чего-то уберечь, может быть на что-то обратить внимание. В любом случае, не убегать, не «побороть», а посмотреть на него «из любви». Если не избавляться, а прожить его. Признать: «Да,

малыш, тебе страшно, давай узнаем вместе, что именно напугало тебя». Очень часто за страхом, который на поверхности, скрывается что-то глубокое.



Из своей практики я заметила, что в возрасте 3–5 лет дети вдруг начинают бояться бандитов, огня, укусов змей, пауков, болезней, а если копнуть чуть глубже, расспросить более детально, в большинстве случаев оказывалось, что дошкольники узнали, что такое смерть, интерпретировали по-своему и теперь боятся, что родители или другие близкие им люди, умрут. Из страха смерти вытекало и все вышеперечисленное: пожары, болезни, убийства и т. д.

Еще чаще мы путаем детскую осторожность с тем, что принято называть страхом. Незвестность пугает даже взрослый, окрепший мозг, детский же хочет сначала понять, что это вообще такое, включает «исследователя», аккуратного и бережного, а мы уже открываем рот для: «Ты что, испугался?»

Для чего человеку нужен страх? Все люди чего-то боятся. Страх является нашим предохранителем от несчастных случаев (один раз больно ударившись, ребенок запомнит и не полезет больше на ту ступеньку, а на объектах еще выше задумается, нужно ли это вообще), от перевозбуждения нервной системы (после шумного праздника, малыш может еще несколько дней после «бояться» громких звуков, а на самом деле, его мозг будет отдыхать) и т. д. Все зависит от конкретного ребенка и случая. В этой книге мной собрано несколько самых распространенных детских страхов, которых, в свою очередь, так боятся родители.



Каждая глава включает в себя краткое теоретическое описание страха, где мы вместе думаем и разбираем возможные причины что с этим можно сделать. В конце каждой сказки-приведено несколько вопросов, позволяющих поговорить и подумать вместе с ребенком сделать какие-то выводы.

## **Глава 1. СТРАХ ОГНЯ. ПОЧЕМУ И ЧТО ДЕЛАТЬ?**

Начнем с того, что страх в какой-то мере – признак интеллекта. Это нормально – остерегаться открытого огня, горячих поверхностей, бояться обжечься и т. д. Годовалый малыш не боится подойти к плите, потрогать ручкой чайник, зато с возрастом, набирается опыта, может сам сказать: «Ай», если видит предмет, который нагревается. Это говорит о его адекватном взрослении, о том, что его мозг развивается, складываются некоторые причинно-следственные связи. Здесь, как и в большинстве случаев работы со страхами, важно понять, откуда он (страх огня) начался, что послужило причиной. Часто стартом для такого вида боязни является память о старой травме (ожог, утюг, чайник, плита), запугивание в раннем детстве (здесь внимательно: не предостережение, а именно запугивание «на всякий случай»: «Будет ай», «Сгорит весь дом»).

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.