

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЕСЛИ РЕБЕНОК ИСПЫТЫВАЕТ СТРАХИ

Первым делом выясните причину страха.

При выборе воспитательных мероприятий учитывайте, что страхи имеют произвольный и неосознанный характер.

Помните, что малыш не может управлять своим поведением и не владеет собой, поэтому словесные убеждения неэффективны.

Ни в коем случае не наказывайте ребенка.

Ни в коем случае не запугивайте малыша и даже в том случае, когда родители сами опасаются за его безопасность.

Не напоминайте ребенку о страхе. Не злоупотребляйте чтением сказок и просмотром кинофильмов.

Обучайте терпимости к страху и управлению им, а в некоторых случаях и противодействию источникам страха.

Когда малыш боится темноты и замкнутого пространства, зажгите лампу, откройте двери, полежите вместе с ребенком.

Чтобы ребенку не страшно было спать, пусть и любимая игрушка заснет в его кровати.

Постарайтесь проигрывать с ребенком пугающие его события в специальной ролевой игре, где бы страшное показалось смешным, или обыденным. Ребенок боится собак, затейте с ним игру в пограничника, где он будет пограничником с любимой собакой, или пусть игрушечная собака расскажет ему, что она думает о нем, как переживала, когда малыш убежал от нее, ей так хотелось иметь настоящего друга; если боится темноты, поиграйте с ним в темной комнате в разведчика, если боится врача - в больницу. Главное игра должна быть интересной, захватывающей, и конечный результат - убеждение ребенка, что его страх напрасный.

Дайте ребенку карандаши, пусть он рисует свои страхи. Пусть он затем уничтожит свой рисунок - порвет, сомнет, выбросит, и убедите ребенка, что так же в точности он поступил и со своим страхом.

Ищите свой способ преодоления страха у Вашего ребенка, учитывая его **ОСОБЕННОСТИ**, но делайте это крайне осторожно, лучше после согласования со специалистом-психологом.

Не принуждайте ребенка делать то, что он еще не в силах сделать.

Любите и понимайте своего ребенка!