

Консультация для родителей

«Как избавить ребенка от страхов»

Беспокойство, тревога, страх – такие же неотъемлемые эмоциональные проявления нашей психической жизни, как и радость, восхищение.

Некоторые страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их проявления, чаще всего исчезают бесследно. Детские страхи нормальны. От того, как на них реагируют родители, зависит, исчезнут они или останутся надолго.

Как избавить ребенка от страхов?

Для этого не следует:

- запирает его одного в темной комнате;
- бить ребенка;
- строго наказывать и угрожать: «Плохо будешь вести себя, останешься ночевать в д/с».
- играть его животными, различными страшилками;
- заставляя неподвижно стоять, лежать и т.д.;
- объявлять ребенку бойкот.

Помните – к страхам приводит большое количество запретов и малое – тепла и ласки.

Если ребенок боится, нельзя:

- смеяться над ними и называть «трусикой»;
- высмеивать ребенка, особенно при детях;
- наказывать за страх;

Помните, что перед сном нельзя:

- устраивать шумные игры;
- смотреть страшные фильмы;
- читать страшные сказки.

Хороши совместные вечерние прогулки на природу. Природу оказывает благоприятное влияние на развитие личности ребенка.

Понимание и поддержка со стороны родителей способствуют тому, что ребенок может вполне самостоятельно преодолеть все свои страхи.

Необходимо наладить тесный контакт с ребенком. Он должен доверять родителям и верить в то, что его любят. Установить спокойные

внутрисемейные отношения. Не допускать выяснение отношений в присутствии ребенка.

Если страхи остаются, обязательно обратиться к специалисту.