



# ПРЕЗЕНТАЦИЯ «СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ»

Как бороться с детскими страхами.



Ребенок, которому исполнилось три года, начинает больше задумываться об окружающем мире, его воображение становится настолько буйным, что могут возникать самые различные и часто непонятные взрослым страхи и опасения.



Продолжается такое состояние примерно лет до шести — именно в этот период, от 3 до 6 лет, необходимо уделить малышу максимум внимания и постараться свети к минимуму его страх перед огромным и загадочным миром.

Дети часто боятся темноты, собак, увечья, смерти, злого дядьки и многое другое. Воображение малыша уже развито настолько, что он уже может легко представить себя на месте другого человека, и рисует себе опасности, каких самому испытывать не приходилось. Любопытство детей не знает границ. Если ребенок заинтересовался каким-то предметом, то он не просто хочет проникнуть в его суть, но еще и постарается этот предмет применить на себе. Например, услышал ваш малыш разговор о смерти. Он тут же потребует объяснения, что значит умереть, а, получив разъяснения, сразу спросит: «Я тоже должен умереть?».



## Как вести себя, если ребёнок боится?



### **Не говорите, что это пустяки.**

Некоторые родители, не зная как помочь ребёнку, говорят ему: «Как не стыдно, такой большой мальчик!». Это не поможет справиться со страхом, но добавит чувство вины. Если ребёнок почувствует себя глупым и виноватым в ваших глазах - он не сможет обратиться к вам за помощью в следующий раз, а постарается спрятать свои страхи поглубже. А это может усилить страхи, и даже привести к болезни малыша.

### **"Разрешите" ребенку бояться.**

Малышу важно, чтобы мама и папа его поддержали. Расскажите, чего вы сами боялись в детстве. Для дошкольника его фантазии так же реальны, как и всё остальное в этом мире. Поэтому бесполезно объяснять, что Кошечка не существует — он все равно вам не поверит. Спрашивайте ребёнка о его страхах. Когда они будут разделены с надёжным понимающим человеком - они уже не будут так пугать.

## Как вести себя, если ребёнок боится?

### **Обсудите с ребенком все его страхи.**

Помогите ему осознать, что же его на самом деле беспокоит, и помогите определиться с действиями. Однако со временем ребенок должен научиться справляться со страхами самостоятельно.

Если ребенок испугался чего-то (чаще всего эти приступы паники случаются вечером, перед сном), попробуйте его отвлечь, предложите почитать, поиграть в любимую игру, собрать мозаику, порисовать.

### **Убедите ребенка, что с ним ничего не случится.**

Говорите ребёнку: "Я с тобой. Я знаю, как поступить. Я никому тебя не дам в обиду". Для тревожного малыша крайне важны стабильные уверенные родители.

### **Не подчиняйте жизнь страхам.**

Да, ребёнку необходимо говорить о том, что он справится и о том, что вы его всегда поддержите. Но нельзя из-за страхов менять уклад жизни (ходить час пешком до детского сада, потому что ребёнок боится ездить на автобусе). Для него это будет значить, что его страхи обоснованы.



## Как вести себя, если ребёнок боится?

**Обратитесь за помощью к детскому психологу или психотерапевту,**

если страхи долго не проходят и действительно мешают ребёнку. Не раздумывая, обращайтесь к специалисту, если малыш плохо спит, описается в постель, часто плачет, если у него мрачные мысли, если он не общается с другими детьми, агрессивен по отношению к себе и другим.

**Никогда не запугивайте малыша сказочными героями.**

Пусть для малыша Баба-Яга, Змей-Горыныч, волк всегда остаются только героями из сказок.

**Не позволяйте** ребенку смотреть страшные мультики, телепередачи и фильмы про катастрофы и убийства.

Проявляйте к ребенку любовь и заботу. Почаще обнимайте, целуйте и разговаривайте на интересующие его темы.





# ПРЕЗЕНТАЦИЯ СЮНИКАЕВОЙ Н.В.



воспитателя МАДОУ «ДСКВ №8» г. Сосновоборск  
2013г.