**Страхи у детей дошкольного возраста**

|  |
| --- |
| **Не следует:*** Запирать его одного в тёмной или тесной комнате.
* Бить по рукам, по голове и лицу.
* Строго наказывать и угрожать: «Позову доктора, пусть тебе укол сделает».
* Пугать животными.
* Заставлять неподвижно лежать, сидеть, стоять и т.д.
* Объявлять ребёнку бойкот.

***Помните:*** к страхам приводит большое количество запретов и малое – тепла и ласки.**Если ребёнок боится, нельзя:**1. Смеяться над ним, называть трусишкой.
2. Высмеивать, особенно при других детях.
3. Наказывать за страх.

***Как преодолеть страх?***Если ребёнок боится бабу Ягу, ведьму, страшилу и др., то нужно:1. Предложить нарисовать их.
2. Поиграть в сказочных героев.

Если ребёнок боится темноты:1. Не надо плотно закрывать двери в его комнату.
2. Можно совершить путешествие по тёмной комнате вокруг его кровати, прокладывая пути к предметам, которые могут понадобиться ночью.
3. Придумать игру, в ходе которой нужно входить в тёмную комнату, например: спрятать в квартире лакомства, а самые любимые в тёмной комнате, вместе с ним найти их.

Если ребёнок боится собак:1. Купите ему игрушечную собаку, которую он может трогать, играть.
2. Подзовите к себе забавного щенка и дайте ребёнку возможность вдоволь насмотреться на его выходки, оставаясь рядом с ребёнком, чтобы он не тревожился.

Перед сном нельзя:1. Устраивать шумные игры.
2. Смотреть страшные фильмы
3. Читать сказки про волков, людоедов, злых волшебников и т.д.

Перед сном надо:1. Придумывать и рассказывать добрые истории из жизни белок, зайчат, гномов.
2. Спокойно разговаривать.
3. Создавать обстановку мира, покоя и уюта.
 |