**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. |