

КАК НАДО

вести себя родителям с ребенком, испытывающим страх

- ✗ Первым делом выяснить причину страха.
- ✗ При выборе воспитательных мероприятий учитывать, что страхи имеют произвольный и неосознанный характер.
- ✗ Помнить, что малыш не может управлять своим поведением и не владеет собой, поэтому словесные убеждения неэффективны.
- ✗ Ни в коем случае не наказывать ребенка. Если бы каждая мать, ругая его, могла представить, что ночью она превратится в Бабу Ягу, а каждый жестокий отец — в Бармалея, они бы гораздо лояльнее выбирали бы методы воспитания.
- ✗ Ни в коем случае не запугивать малыша даже тогда, когда родители сами опасаются за его безопасность.
- ✗ Не напоминать ребенку о страхе. Не злоупотреблять чтением сказок и просмотром кинофильмов.
- ✗ Обучать терпимости к страху и управлению им, а в некоторых случаях и противодействию источникам страха (например, драчуна, которого ребенок боится, можно запугать ему самому, а не просто отступить перед ним).
- ✗ Если малыш боится темноты и замкнутого пространства, зажгите лампу, откройте двери, побудьте рядом с ним.
- ✗ Чтобы ребенку не страшно было спать, пусть любимая игрушка заснет в его кроватке.
- ✗ У более старших детей, в некоторых ситуациях, попытайтесь уменьшить страх при помощи стыда, хотя бы такой фразой: «Тебе должно быть стыдно, ты ведешь себя как маленький испуганный котенок».
- ✗ Постарайтесь проиграть пугающее малыша событие в специальной ролевой игре, где бы страшное показалось смешным или обыденным для повседневности. Например,

ребенок боится собак, затейте с ним игру в пограничника, где он будет пограничником с любимой собакой, или пусть игрушечная собачка расскажет ему, что она думает о нем (как переживала, когда малыш убегал от нее, ей так хотелось иметь настоящего друга).

✗ Если ребенок боится темноты, поиграйте с ним в темной комнате в разведчика, если боится врача — в больницу. Главное, игра должна быть интересной, захватывающей и конечным результатом ее должно быть убеждение ребенка в том, что страх его напрасный.

✗ Дайте ребенку карандаши, пусть он рисует свои страхи до тех пор, пока не освободится от них.

✗ Словом, ищите свой способ преодоления страха у Вашего ребенка, учитывая его индивидуально-личностные особенности.

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

КАК НЕ НАДО

вести себя родителям с ребенком, испытывающим страх

✗ Использовать методы запугивания и наказания в целях воспитания.

✗ Не обращать на страх ребенка никакого внимания и не пытаться помочь преодолеть его.

✗ Перегружать фантазию и воображение малыша пугающими его сказками и историями.

✗ Передавать свой страх ребенку.