

**В.А.Сухомлинский:**

«Дети должны жить в мире  
красоты, игры, сказки, музыки,  
рисунка, фантазии, творчества».

***Желаем  
успехов!***

**Муниципального автономного дошкольного  
Образовательного учреждения  
«Детский сад комбинированной  
направленности №6»  
города Сосновоборска  
«Щелкунчик»**

**Рекомендации для родителей  
«Профилактика возникновения  
детских страхов»**

***Подготовил:  
Педагог-психолог Рюмина О.В***

Для того, чтобы **избежать возникновения и закрепления патологического страха**, родителям необходимо соблюдать несколько правил:

- Даже в наказание, не запирайте ребенка в темном помещении, комнате;

- Не грозите отдать ребенка «чужой тете», «бабе яге»;

- Превращайте злых героев в добрых, путем совместного с ребенком составления сказок на тему: «Как Баба яга стала доброй», «как волк помог девочке выйти из леса» и т.д.

- Выбирайте для ребенка игрушки и мультфильмы в соответствии с возрастом, для того, чтобы не перегружать фантазию и воображение ребенка;

- Исключите из репертуара мультфильмы, фильмы и книги, содержащие сцен агрессии;

- День ребенка должен быть наполнен радостью, новыми впечатлениями. Положительные эмоции снижают вероятность появления страхов;

- Не допускайте конфликтов между супругами при ребенке, так как он остро

реагирует на конфликты близких людей появлением страхов;

- Повышайте самооценку ребенка;

- Оцените и научитесь контролировать собственные страхи, чтобы не «заразить» ими ребенка;

**Чтобы помочь ребенку преодолеть уже существующий страх:**

- Выясните причину страха;

- Создайте условия, чтобы ребенок рисовал свои страхи, сочинял сказки, в которых он сильный и смелый;

- Если ребенок боится темноты, замкнутого пространства, оставляйте его спать с зажженной лампой, открытой дверью, кладите ему в кровать любимую игрушку;

- Вместе с ребенком придумайте игрушечное оружие, которое поможет ему чувствовать себя увереннее;

- Учите ребенка преодолевать страх с помощью игр, рисования, проигрывания ситуаций (если боится врача-поиграйте в больницу; если боится темноты, поиграйте в разведчиков и т.д.);

- Поощряйте развитие самостоятельности, чтобы ребенок

чувствовал, что он многое умеет, многое знает;

- Не наказывайте и не стыдите ребенка за страхи. От этого страх не пройдет, но ребенок станет **«камуфлировать»** свои страхи внешне хорошим и спокойным поведением, но на самом деле страх будет продолжать разрушать личность ребенка;

- Создайте для ребенка атмосферу безопасности. Ребенку должно быть спокойно и дома, и в детском саду, он должен знать, что ему ничего не угрожает, что его любят и всего его защитят;

- Будьте терпимы к ребенку помните, что Вы в силах вытеснить страх из души малыша навсегда. Оставлять страх нельзя, потому что в будущем это может привести к проблемам (неврозы, повышенная тревожность, раздражительность, необщительность и т.д.).