***Памятка родителям по работе с детским страхом***

Если у вашего ребенка вы стали замечать приступы необоснованного страха, тревожности, испуга, воспользуйтесь данными рекомендациями для улучшения эмоционального состояния ребенка:

1. Отсутствие наказания и критики ребенка из-за страха. Постарайтесь не кричать и не наказывать ребенка за приступы страха, уделите ему внимание и попытайтесь разобраться в причине появления.

2. Контроль за просмотрами ТВ программ и сцен с насилием.

3. Смейтесь с ребенком над его страхом, постарайтесь найти что-то забавное в его «навещаемом» монстре. Например, если это чудище под кроватью, расскажите ребенку о том, что он может быть в колпаке и в разных штанинах.

4. Страх природных явлений или темноты. Расскажите ребенку б этом с научной точки зрения с использованием подручных материалов и просмотром научных детских программ.

5. Проигрывание страха с помощью игрушек. Если ребенок боится собаки или монстров, предложите ему поиграть в игру, где малыш побеждает «страшного» героя. Предложите поиграть в разведчиков и наметить план знакомства с псом из соседней квартиры, которого взяли в плен противники.

6. Создание плана заданий (после выполнения которого ребенка ждет приз).

Например, отыскать в темноте игрушки.

