

Детские страхи, и как помочь ребенку

Смеяться над страхом. Шутите и фантазируйте вместе с ребенком так, чтобы «страшилка превратилась в смешинку», а страшное - в смешное.

Использовать технику «эмоциональных качелей». Одним из примеров данной техники является подбрасывание ребенка на руках, он летит вверх, возвращается на руки взрослого. Подобные «качели» можно разыгрывать с любым страхом (например, страх темноты). Для этого с ребенком можно играть в игру, в которой он забегает в темную комнату, потом выбегает из нее.

Нарисовать или слепить пугающий предмет/объект. Необходимо вместе с ребенком нарисовать или слепить пугающий предмет/объект, проанализировать, какую опасность он представляет. Например, нарисовать страшную собаку, а рядом с ней - ребенка, большого и сильного, с каким-то предметом в руках, придающим ему дополнительную силу (например, ошейник).

Обратить внимание на собственные страхи, реакцию на них. Ваши личные страхи и опасения могут стать причиной страхов у ребенка.

Помните!

страхах нет ничего патологического, если они не носят затяжной характер и не мешают ребенку взрослеть и адаптироваться к жизни. В большинстве случаев все, что нужно Вашему ребенку, чтобы страхи остались позади, - это ваше внимание и Ваша любовь.

Желаем удачи!

Контакты:

660043, г. Красноярск,
ул. Гагарина, д. 48а
Телефон: +7 (963) 268-10-90

662608, г. Минусинск,
ул. Ботаническая, д. 32, стр. 2
Телефон: +7 (963) 268-10-82

662152, г. Ачинск,
ул. Манкевича, д. 48
Телефон: +7 (963) 268-10-52

663606, г. Канск,
ул. Куйбышева, д. 5
Телефон: +7 (963) 268-10-53

662544, г. Лесосибирск,
ул. Победы, д. 39
Телефон: +7 (963) 268-10-77



<http://kraicentr.ru>
<https://vk.com/kcpmss>

#видим_вселенную_в_каждом_ребенке

ОБРАЗОВАНИЕ
НАЦИОНАЛЬНЫЕ
ПРОЕКТЫ
РОССИИ

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ
«ОБРАЗОВАНИЕ»

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ
«СОВРЕМЕННАЯ ШКОЛА»

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ: ДЕТСКИЕ СТРАХИ. КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ



Служба консультативной помощи
родителям (законным представителям)
по вопросам развития и образования детей
КГБУ «Краевой центр психолого-медико-
социального сопровождения»