

Если ваш ребенок боится...

1. Не стоит заниматься «закаливанием», т.е. если ребенок боится темноты, не стоит закрывать его в темной комнате, чтобы «привыкал». Так вы его еще больше напугаете.
2. Не относитесь к страхам детей как к капризам, и не ругайте ребенка, за то, что он боится.
3. Не принижайте значение страха для самого ребенка, не игнорируйте его жалобы. Важно дать почувствовать вашему ребенку, что вы его понимаете.
4. Постоянно уверяйте ребенка, что он в полной безопасности.
5. Обсуждайте с ребенком его страхи. Главная задача для родителей понять причину страха.
6. Постарайтесь отвлекать ребенка. Например, когда у него началась паника, займите его игрой.
7. Поддерживайте ребенка, но не идите у него на поводу. Например, если ребенок боится огня, можно не включать в его присутствии газовую плиту, такое поведение успокоит вашего ребенка, но не избавит его от страха.
8. Если вы понимаете, что не можете справиться со страхами вашего ребенка самостоятельно, обратитесь к детскому психологу.

