

## ДЕТСКИЕ СТРАХИ

Каждый человек чего-то боится, и это не зависит от возраста. Страх – это вполне естественная и предсказуемая реакция организма на раздражитель, который наше подсознание видит, как опасность. Но если преодолеть страхи мы можем самостоятельно, то деткам это сделать довольно трудно. Они зачастую и сами не понимают, что с ними происходит. Просто чувствуют себя крайне неуютно. Вы не сможете победить все детские страхи, потому что их множество у любого ребенка. Но ваша задача – научиться адекватно к ним относиться, прорабатывать и стараться самим не становиться причиной испуга.

Так как же победить монстров?

Автор: Наталья Шамаева

Источник: [https://vk.com/wall453359754\\_775](https://vk.com/wall453359754_775)

детские

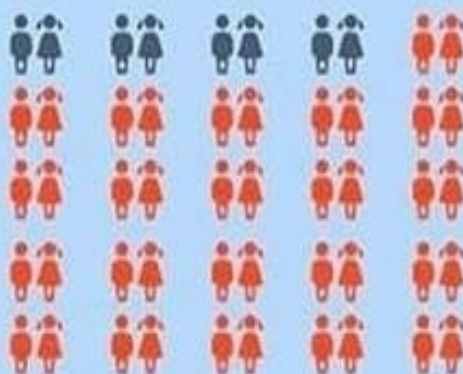
# страхи

как победить монстров

расцвет детских  
страхов  
приходится на  
возраст 5-6 лет



Автор: Шамаева Наталья



у девочек страхи  
встречаются чаще, чем у  
мальчиков

особенно  
подвержены  
страхам  
впечатлительные  
дети



**с хорошим  
воображением**

для них страхи могут стать  
болезненной проблемой

# как помочь ребенку

со страхами



## рисовать



## рисуя



## страхи,

ребенок дает

выход своим

чувствам и

переживаниям



## "страшные"

## рисунки



потом можно

порвать и выбросить

## лепить страхи,

а потом

плющить их-

тоже полезно





# как помочь ребенку



со страхами

**СОЧИНЯТЬ**



**ИСТОРИИ,**  
сказки, в  
которых  
страшный  
образ станет  
смешным



**Например,**  
огромное  
чудовище

**станет**

крошечным,  
заговорит  
писклявым голоском  
и т.д.



Автор: Шамаева Наталья

# как помочь ребенку

со страхами

**играть**

играя,



ребенок может  
"победить"  
пугающих его  
существ

игра укрепляет



самостоятельность,  
уверенность

ребенку

**полезно**  
взять в игре



«страшную» роль -  
Бабы Яги, Кощея и

что еще

# работает:



- сделать вместе "амулет", оберег против страхов, плохих снов

- изготовить "оружие" - например, "магический" фонарик, волшебную палочку



- сделать ночник, который ребенок мог бы включать по своему желанию







# чего делать НЕ СТОИТ:



✘ убеждать ребенка, что привидений, вампиров и т.д. не существует -это бесполезно



✘ смеяться над  страхами ребенка

✘ заставлять ребенка  преодолевать страхи "силой воли"