**«Страхи ребенка»**

***Не следует:***

* Запирать его одного в тёмной или тесной комнате.
* Бить по рукам, по голове и лицу.
* Строго наказывать и угрожать: «Позову доктора, пусть тебе укол сделает»
* Пугать животными.
* Заставлять неподвижно лежать, сидеть, стоять и т.д.
* Объявлять ребёнку бойкот.

*Если ребёнок боится, нельзя:*

1. Смеяться над ним, называть трусишкой.
2. Высмеивать, особенно при других детях.
3. Наказывать за страх.



***Помните:* к страхам приводит большое количество запретов и малое – тепла и ласки.**



***Как преодолеть страх?***

*Если ребёнок боится бабу Ягу, страшилу и др. нужно:*

1. Предложить нарисовать их.
2. Поиграть в сказочных героев.

*Если ребёнок боится темноты:*

1. Приоткройте двери в его комнату.
2. Можно совершить путешествие по тёмной комнате вокруг его кровати, прокладывая пути к предметам, которые могут понадобиться ночью.
3. Придумать игру, в ходе которой нужно входить в тёмную комнату, например: спрятать в квартире лакомства, а самые любимые в тёмной комнате.

*Если ребёнок боится собак:*

1. Купите ему игрушечную собаку, которую он может трогать, играть.
2. Подзовите к себе забавного щенка и дайте ребёнку возможность вдоволь насмотреться на его выходки, оставаясь рядом с ребёнком, чтобы он не тревожился.

*Перед сном надо:*

1. Придумывать и рассказывать добрые истории из жизни белок, зайчат, гномов.
2. Спокойно разговаривать.
3. Создавать обстановку мира, покоя и уюта.