



Детские страхи

Проявление детских страхов начинается в возрасте 5-6 лет



У *девочек* страхи проявляются чаще, чем у мальчиков

Детские страхи чаще всего проявляются у *впечатлительных детей* и у тех, у кого хорошо *развито воображение*. Для таких ребят страхи могут стать болезненной проблемой.



«Страшные» рисунки можно

- смять;
- порвать;
- потоптаться на нем;
- выбросить;
- нарисовать рядом со страхом себя героя, который больше и сильнее.



Как помочь ребенку справляться со страхами



РИСОВАТЬ

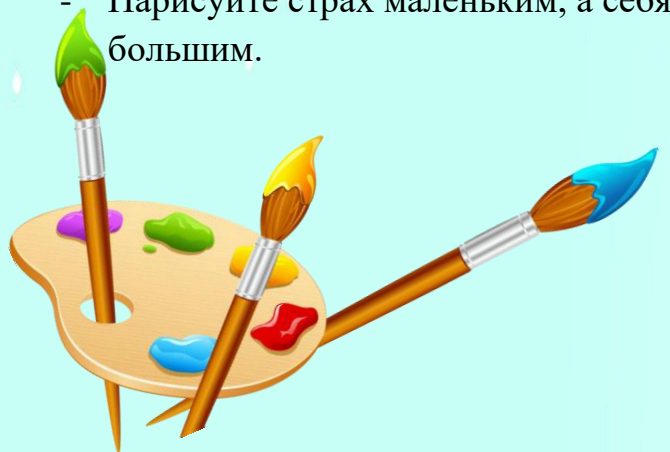
рисую страхи, ребенок дает выход своим эмоциям, переживаниям и чувствам

- Нарисуйте как побеждаете страх;
- Нарисуйте страх менее страшным (милым, добрым);
- Нарисуйте страх маленьким, а себя большим.

ЛЕПИТЬ страхи, а после плющить их



Автор:Кандалова Карина



Как помочь ребенку справиться со страхами

ИГРАТЬ

Играя, ребенок может «ПОБЕДИТЬ» тех существ, которые его пугают!



Игра укрепляет самостоятельность, уверенность, проявляются такие качества как храбрость, смелость.



Так же, в игре ребенок может взять «страшную» роль. (Например: вампир, кощей, привидение).



СОЧИНЯТЬ

- Сочинять истории, сказки, в которых страшный образ будет менее страшным или смешным; рассказ где ребенок побеждает свой страх.



- Можно придумать образ своему страху и в рассказе уменьшить его до крошечных размеров.



ЧТО РАБОТАЕТ:

- ✓ Сделать вместе «талисман», против страхов и плохих снов



- ✓ Вместе собрать «оружие» например, волшебную палочку, магический камушек



- ✓ Поставить в комнате ночник для того чтобы ребенок смог включать его по желанию

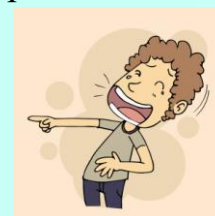


✗ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕ СЛЕДУЕТ

- Убеждать ребенка, что привидений, вампиров, драконов и прочее, не существует – на практике и в теории это бесполезно



- Смеяться над страхами ребенка



- Заставлять ребенка преодолевать страхи «силой воли»

