***Ребенок боится.***

***Советы и рекомендации для родителей***

• Ни в коем случае не ругайте ребенка за проявление боязни и тем более не наказывайте за нее.

• Не фиксируйтесь на страхах ребенка. Ребенок не должен слышать, как вы говорите кому-то: «Он у нас такой робкий! Лифта - и то боится» или «Он один ни в какую не останется. Я ни на минуту не могу отойти».

• Научите ребенка испытывать положительные эмоции от общения с родителями, сверстниками, взрослыми.

• Постарайтесь создать атмосферу максимального психологического комфорта для ребенка. Во-первых, вы должны по возможности облегчить его страдания: оставлять в комнате включенный ночник, крепко держать за руку, проходя мимо собаки; ходить пешком, если он боится лифта. Во-вторых, необходимо как можно чаще подчеркивать, что ничего плохого не случится, что вы, большие и сильные взрослые, всегда придете ему, слабому, на помощь.

• Попытайтесь создать в семье защитную ауру, которой лишено общество в целом. К примеру, не нужно рассказывать при детях, что «кругом сплошная мафия, милиционеры и преступники одним миром мазаны». Бывают обстоятельства, с которыми совсем не обязательно знакомить ребенка детально. В первую очередь это касается смерти близких. Это не значит, что нельзя при ребенке вспоминать умерших - можно и нужно! Так же, как и вместе ходить на кладбище. Но смотреть на мертвого человека - слишком тяжелое испытание для ребенка.

• Не следует во что бы то ни стало приучать маленьких детей спать одних.

• Почаще анализируйте, какие ваши действия приносят пользу ребенку, а какие - вред.

• Один из основных принципов коррекции страхов - смеяться не над ребенком, а вместе с ребенком над его страхом, чтобы «страшилка превратилась в смешинку».

• Маленький человек не только подражает взрослому в его поведении, но и перенимает его оценки. Поэтому в период коррекционной работы необходимо оградить от общения с ребенком людей тревожных, истеричных, эмоционально неустойчивых. Поймите, что ваши личные страхи и опасения могут стать причиной страхов вашего ребенка. Будьте смелыми.

• Всякий раз, когда это возможно, надо давать ребенку действовать самому. Ребенок должен понять, что родители не собираются перекладывать на его плечи заботу о его безопасности, они всегда будут о нем заботиться и защищать. Но в некоторых ситуациях со своим страхов он в состоянии справиться сам.

• Воспользуйтесь воображением вашего ребенка. Если он придумал себе страх, он может сделать и обратное. Успокойте малыша. Скажите ему, что если он будет осторожен, ничего плохого не случится.

• Контролируйте, что смотрит ребенок по телевизору. Постарайтесь, чтобы он не видел сцен с запугиванием и насилием.