Как помочь  ребёнку  преодолеть страх !

В наше время дети спокойно могут в просторах интернета наткнуться
на видеопугалку или увидеть трейлер к фильму ужасов.
⠀Что делать в таких ситуациях?
❗️Не нужно запрещать и ругать ребенка. Этим вы еще больше разовьете интерес к просмотру видеопугалок. Но если ребенок все же питает любопытство, помогите ему справиться со страхом вместе.
⠀Главное - чаще объяснять и обговаривать, что его может тревожить. Просить не смотреть в одиночку, чтобы он не ранил себя еще глубже. Но если ребенок просит вас посмотреть вместе ужастик, познакомьтесь с ним
вначале сами.
Возможно, там есть тема, которую стоит обсудить с ребенком, что - то важное, чему история могла бы научить?
⠀Что делать если ребенок боится монстра из фильма ужасов?
⠀• Придумайте вместе с ребенком историю, почему монстр такой злой? Кто его обидел?
• Можно придумать имя.
• Нарисуйте эту страшилку и сделайте с ней, что хочется, можно смять, зачеркнуть, опустить в воду, порвать, сжечь (в вашем присутствии, под контролем), но ни в коем случае не выбрасывать, если ребенок этого не хочет.
• Помогите монстру стать добрым. Играйте с ним регулярно, придумайте ему друзей.
• Помните, я писала в предыдущих постах про страх, «дети бояться очень много, пока не научатся над этим смеяться»
⠀🤡Родители могут помочь преодолеть любой страх. Главное - начинать постепенно, в виде игр. Можно притвориться похожим на монстра, которого боится ваш ребенок.
⠀Так мы научим ребенка преодолевать свой страх, а он сможет помочь другим. Также важно мотивировать своих детей: «Я помогу тебе, а потом мы сможем помочь другим не бояться».
⠀📌В идеальной ситуации мы должны помочь ребенку проработать его страхи в конкретном возрасте, т.к. существуют детские страхи, считающиеся до определенного возраста нормой, затем они самостоятельно исчезают при правильном и гармоничном развитии ребенка. Иначе его страх будет нарастать как снежный ком и чем больше будет возраст, тем сложнее даже с психологом будет распутать этот ком.