**Памятка для педагогов, родителей**

**и детей «Правила обращения со страхами»**

1. Страхи больше всего боятся смеха, поэтому просто необходимо увидеть смешное в страшном (бандит, к примеру, которому, как считает девочка Ира 6 лет, приказали поймать всех хороших девочек в городе Санкт-Петербурге, оказался таким толстым, что мог только лежать на диване).

 2. Еще страхи не любят, когда о них рассказывают, пытаются их детализировать и анализировать. Страхи в этот момент чувствуют себя бабочкой, пойманной в сачок. Чем больше говоришь о страхе – тем он становится меньше.

3. Также страхи терпеть не могут, когда в них начинают играть, пытаются нарисовать, вылепить из пластилина, склеить из бумаги да просто осуществить с ними разные действия, которые страхи просто не переносят. От этих действий (психологического манипулирования страхами) страхи вместе со страшными снами начинают таять, как тает снег в погожий весенний день.

Помимо всего, необходимо проанализировать, происхождение страхов у ребенка, поскольку часто случается, что взрослые приложили много усилий для появления страхов у детей: сами много боятся, не пытаются преодолевать свои страхи, а, наоборот, внушают их детям. Такое поведение способствует закреплению страхов.

**Памятка для педагогов и родителей:**

 **«Осторожно, страхи!»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Возрастные страхи****(проходят с возрастом ребенка, требуют правильного обращения)** | **Невротические страхи****(не проходят с возрастом ребенка, требуют психологического и психотерапевтического вмешательства)** |
| 1. Эмоционально не выражены, не слишком заметны и не мешают ребенку | 1. Эмоционально выражены, слишком заметны и мешают ребенку |
| 2. Имеют преходящий характер | 2. Сохраняются в течение длительного времени |
| 3. Не оказывают неблагоприятного влияния на формирование характера ребенка | 3. Оказывают неблагоприятное влияние на формировании личности ребенка, в характере могут появиться неуверенность, тревожность, мнительность |
| 4. Выраженные нервно-психические нарушения отсутствуют | 4. Присутствуют и другие выраженные нервно-психические нарушения помимо страхов |
| 5. Ребенок пытается изучить объект страха, познать и преодолеть | 5. Ребенок избегает объект страха, нового, неизвестного |
| 6. Страх одиночества, темноты и животных не выражен | 6. Страх одиночества, темноты и животных заметно выражен |
| 7. Страхи легко поддаются коррекции и самокоррекции | 7. Страхи с трудом поддаются коррекции и самокоррекции |