**Консультация для родителей**

**"Игры - против детских страхов"**

Подготовила воспитатель Захарова О.В.

Страх рождается вместе с ребенком, точнее с инстинктами самосохранения. Он оберегает и предупреждает об опасности. некоторые страхи вполне естественны и свидетельствуют о том, что психика ребенка развивается нормально. отсутствие страхов тоже нельзя считать нормой.

Развитие страхов напрямую зависит от умственного развития. Ребенок боится того, чего не знает и не понимает. Дети раннего возраста часто боятся незнакомых людей, животных, особенно если в их облике есть что-то непривлекательное.

В 3 года часто у детей, в результате знакомства с миром сказки, рождаются новые страхи, боязнь Бабы-Яги, ведьмы и т.п. К 6 годам у малышей появляется страх смерти. Психологи называют его корнем всех страхов, так как за боязнью темноты, высоты, волка, Кощея стоит страх смерти. А осознавать его дети начинают к этому возрасту потому, что их мышление поднимается на новый уровень развития, становится абстрактным.  
Чуть позже некоторые дети начинают испытывать страх быть неуспешными в глазах окружающих.

Лучшая профилактика страхов - своим поведение показывать детям, что бояться им нечего, никогда не запугивать детей, не оставлять одних в темноте, своевременно отвечать на возникающие вопросы об окружающем мире, воспитывать в духе оптимизма.

Самый лучший психотерапевтический способ преодоления страхов - игра. Примеряя в игре на себя роли "страшных" персонажей, ребенок перестает видеть в них мифических страшилищ. Побывав в "шкуре" страшного волока или другого чудища, ребенок перестает его бояться.  
А еще есть игры- "драматизации", когда воспитатель с детьми разыгрывает различные ситуации, истории и сказки с помощью кукольных персонажей.  
Здесь важно выбрать сказку вместе с детьми и дать им возможность самим распределять роли. Остается только импровизировать, придумать собственный вариант сказки, в которой злой герой будет побежден.  
Преодолеть страх темноты помогут знакомые с детства игры - "Жмурки", "Прятки".

Подвижные эмоциональные игры помогут развить уверенность в себе, своих силах и возможностях. Умение входить в роль и следовать правилам, способность находить решения в меняющейся ситуации, гибкость - ценные качества, они пригодятся в жизни.