



Правила обращения со страхами

1. Страх больше всего боится смеха, поэтому просто необходимо увидеть смешное в страшном. Нарисовав страх, поговорите о нем, а потом дорисуйте ему смешные детали - бантики, нелепые шляпы и т.д. Поставьте страх на ролики или лыжи. А можно перерисовать рисунок, сделав новый сюжет, в котором тот же страх попадает в нелепую ситуацию, например, падает в лужу или идет на карнавал.



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 говорить о страхе - тем он становится меньше.



3. Также страхи терпеть не могут, когда в них начинают играть, пытаются вылепить из теста или пластилина, склеить из бумаги и т.д. От этих действий страхи вместе со страшными снами начинают таять, как тает снег в погожий денек.



Чем меньше любви ребенок получает в семье, тем больше он будет испытывать страхов!

