

... φοβάται



Ως γονείς ...

§ βοηθείστε το παιδί να αναπτύξει τις κατάλληλες δεξιότητες ώστε να διαχειριστεί το φόβο του

§ αφήστε το να έρθει σε επαφή σταδιακά με το φοβικό αντικείμενο, ώστε να εξοικειωθεί μαζί του.

§ φροντίστε να του παρέχετε σαφή όρια και πλαίσιο ώστε να νοιώθει ασφαλές.

§ διαβεβαιώστε το ότι το φοβικό αντικείμενο δεν είναι απειλή, όταν πράγματι δεν είναι.

§ αναφέρετε θαρραλέα παραδείγματα τρίτων ή δικά σας από περιπτώσεις που φοβηθήκατε αλλά τα καταφέρατε.

§ αποφύγετε να αγνοείτε τους φόβους του παιδιού σας.

§ μην κοροϊδεύετε το παιδί σας για τους φόβους του