**Страх после пережитого стресса.**

К педагогам – психологам ГКУСО «Невинномысского социально – реабилитационного центра для несовершеннолетних «Гавань», отделения социальной диагностики и обеспечении программ социального обслуживания, довольно часто обращаются родители с запросом, избавить ребенка от страхов.

Причины проявления чувства «страха» могут быть разные и одна из них последствие перенесенного стресса (травмы).

При работе со страхами детей, часто оказывается, что проблема не в детских страхах, а в страхах и тревожностях родителей, и работать надо не только с детьми, но и с родителями.

Лучшая профилактика последствий стресса и избавления от «страхов» и для взрослых и для детей – поговорить о том, что произошло и что беспокоит, выразить свои чувства и мысли, а так же существуют и другие методики позволяющие проработать данную проблему, главное не бойтесь обращаться за помощью к психологам, так как самому избавиться от «страхов» очень сложно.