

ТРЕВОЖНЫЕ ДЕТИ

Признаки: Беспокойство, страхи, не желание находиться одному или идти куда-то.

Причины:

- 1 . Негативные требования к ребенку, которые могут унижить или поставить в зависимое положение.
2. Завышенные требования.
3. Противоречивые требования.

Преодоление тревожности

- 1 . Повышение самооценки у ребенка:
 - Называйте ребенка по имени в присутствии других детей и взрослых.
 - Давать выполнять престижные поручения (раздать тетради, полить цветы и пр.)
 - Не сравнивать ребенка с другими детьми.
 - Не давать заданий с жестко фиксированным временем.
 - Не повторять несколько раз один и тот же вопрос. Иначе ребенок ответит не скоро, т.к. будет воспринимать каждое повторение как новый стимул.
 - Обращаясь к ребенку, нужно смотреть ему в глаза, т.к. зрительный контакт располагает к доверительному общению.
2. Повышение самооценки у родителей.
3. Совместная деятельность родителей и детей:
 - Походы в кино, зоопарк и т.п.
 - Поездки на природу.
4. Полезно иметь домашнее животное, которое можно ласкать.
5. Полезно расслабляться под приятную музыку.