

Рекомендации воспитателям при работе с тревожным ребёнком

-Поручение, которое дается ребенку, должно соответствовать его возможностям. Предлагая выполнить слишком сложные, непосильные занятия, вы заранее обрекаете ребенка на неуспех, а, следовательно, на снижение самооценки, на неудовлетворенность собой.

-Повышать самооценку тревожного ребенка, для чего любая деятельность, предлагаемая ребенку, должна предваряться словами, выражающими уверенность в его успехе (“У тебя это получится”, “Ты это умеешь хорошо делать”). При выполнении заданий необходим общий положительный эмоциональный фон.

-Недопустимо сравнивать ребенка с кем-либо, особенно, если это сравнение не в его пользу. Сравнение должно быть только с собственными успехами и неудачами ребенка (“Посмотри, сегодня ты меньше постарался, поэтому у тебя получилось хуже, чем в прошлый раз. Но я думаю, завтра ты сможешь сделать лучше”). Оптимистические прогнозы “на завтра” не дают ребенку повода считать себя безнадежным и способствуют повышению уверенности в себе.

-Желательно не ставить тревожного ребенка в ситуации соревнования, публичного выступления. Не рекомендуется давать тревожным детям задания типа “кто первый”.

-Ситуация публичного выступления также является стрессовой, поэтому не следует настаивать на том, чтобы ребенок отвечал перед всей группой: его ответы можно выслушать индивидуально.

-Детская тревожность часто вызывается неизвестностью. Потому, предлагая ребенку задание, необходимо подробно выстраивать пути его выполнения, составить план: что мы делаем сейчас, что потом и т.д.

-Осторожно и дозированно использовать критику, т.к. тревожные дети болезненно реагируют на нее. Старайтесь не стыдить ребенка, особенно в присутствии его сверстников.

-По возможности объясняйте новый материал на знакомых примерах.

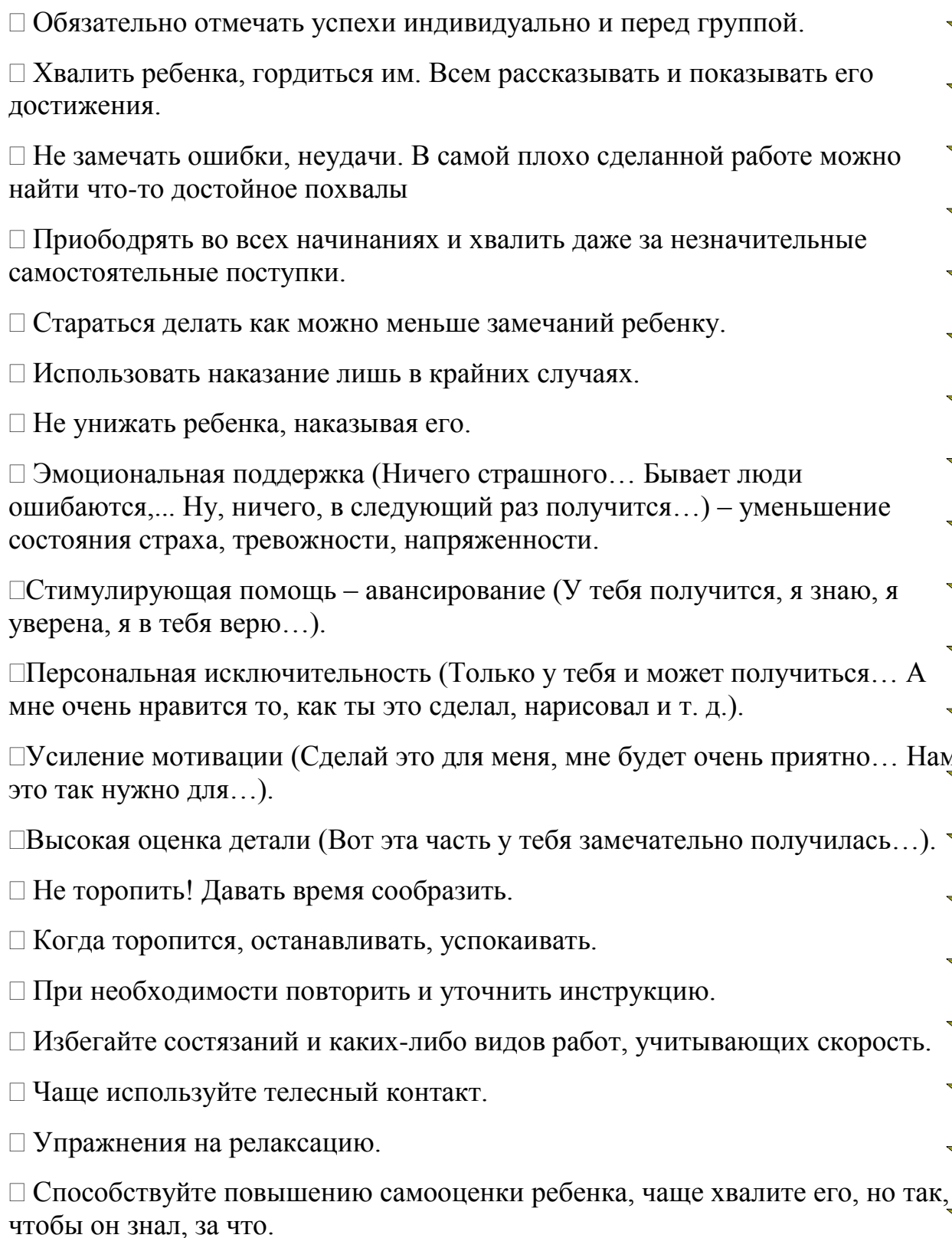
-Чаще обращайтесь к ребенку по имени.

-Хвалите ребенка даже за незначительный успех.

Шпаргалка для педагогов, или правила работы с тревожными детьми.

Избегать публичных порицаний и замечаний!

Избегать сравнения с другими детьми (особенно, если кто-то лучше).

- 
- Обязательно отмечать успехи индивидуально и перед группой.
 - Хвалить ребенка, гордиться им. Всем рассказывать и показывать его достижения.
 - Не замечать ошибки, неудачи. В самой плохо сделанной работе можно найти что-то достойное похвалы
 - Приободрять во всех начинаниях и хвалить даже за незначительные самостоятельные поступки.
 - Стараться делать как можно меньше замечаний ребенку.
 - Использовать наказание лишь в крайних случаях.
 - Не унижать ребенка, наказывая его.
 - Эмоциональная поддержка (Ничего страшного... Бывает люди ошибаются,... Ну, ничего, в следующий раз получится...) – уменьшение состояния страха, тревожности, напряженности.
 - Стимулирующая помощь – авансирование (У тебя получится, я знаю, я уверена, я в тебя верю...).
 - Персональная исключительность (Только у тебя и может получиться... А мне очень нравится то, как ты это сделал, нарисовал и т. д.).
 - Усиление мотивации (Сделай это для меня, мне будет очень приятно... Нам это так нужно для...).
 - Высокая оценка детали (Вот эта часть у тебя замечательно получилась...).
 - Не торопить! Давать время сообразить.
 - Когда торопится, останавливать, успокаивать.
 - При необходимости повторить и уточнить инструкцию.
 - Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.
 - Чаще используйте телесный контакт.
 - Упражнения на релаксацию.
 - Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.