

Характерологические особенности тревожных детей

- Не могут долго работать не уставая;
- Им трудно сосредоточиться на чем-либо;
- Любое задание вызывает лишнее беспокойство;
- Во время выполнения заданий очень напряжены, скованы;
- Смущаются чаще других;
- Часто говорят о напряженных ситуациях;
- Как правило краснеют в незнакомой обстановке;
- Жалуются, что им снятся страшные сны;
- Руки у них обычно холодные и влажные;
- У них нередко бывают расстройство стула;
- Сильно потеют, когда волнуются;
- Не обладают хорошим аппетитом;
- Спят беспокойно, засыпают с трудом;
- Пугливы, многое вызывает у них страх;
- Обычно беспокойны, легко расстраиваются;
- Часто не могут сдержать слез;
- Плохо переносят ожидание;
- Не любят братья за новое дело;
- Не уверены в себе, в своих силах;
- Бояться сталкиваться с трудностями.

Правила работы с тревожными детьми.

1. Хвалите ребенка даже за незначительный успех.
2. Спрашивайте ребенка в середине урока.
3. Сравнивайте результаты ребенка только с его собственными результатами (неделю, месяц назад).
4. Предъявляйте адекватные возможностям ребенка требования.
5. Используйте на уроках визуальную поддержку.
6. Снижайте количество замечаний.
7. Заведите в классе «Банк успеха»
8. Чаще обращайтесь к ребенку по имени.
9. Постепенно приобщайте ребенка к новым заданиям
10. По возможности объясняйте новый материал на знакомых примерах.
11. Избегайте длинных нотаций.
12. Старайтесь соразмерять основные требования с требованиями других учителей-предметников.
13. Обговаривайте заранее с детьми, как будет проходить контрольная работа, экзамен.
14. Выберите подходящий способ проверки знаний ребенка, удобный для него (письменный ответ, ответ с места, подготовленный дома доклад, и др.).
15. Обратите внимание на ваш стиль преподавания.

Памятка для педагогов по предупреждению детской тревожности

- Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него людей;
- Будьте последовательны в своих действиях, не запрещайте ребенку без всяких причин то, что вы разрешали раньше;
- Учитывайте возможности детей, не требуйте от них того, что они могут выполнить. Если ребенку с трудом дается какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов не забудьте похвалить;
- Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте таким, какой он есть;
- Если по каким-либо объективным причинам ребенку трудно учиться, выберете для него кружок по душе, чтобы занятия в нем приносили ему радость и он не чувствовал себя ущемленным.

ПАМЯТКА

***КАК ПОМОЧЬ
ТРЕВОЖНОМУ
РЕБЕНКУ***

