|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ему комфортные условия для развития, вы вырастите "тепличного" человека, совершенно не приспособленного к суровой реальности. Конечно, повышенная гиперопека только навредит. Родителям важно предоставить ребенку определенную свободу, возможность самому принимать решения и решать проблемы. Но не менее важно не бросать его наедине с трудностями, к которым он пока не готов.  ***Профилактика тревожности***  1. ***Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него людей.*** (Например, нельзя говорить ребенку: "Много ваши учителя понимают! Бабушку лучше слушай!")  2. ***Будьте последовательны в своих действиях, не запрещайте ребенку без всяких причин то, что вы разрешали раньше.***  3. ***Учитывайте возможности детей, не требуйте от них того, что они не 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.  4. ***Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте таким, какой он есть.***  5. ***Если по каким-либо объективным причинам ребенку трудно учиться, выберите для него кружок по душе***, чтобы занятия в нем приносили ему радость и он не чувствовал себя ущемленным. Если родители не удовлетворены поведением и успехами своего ребенка, это еще не повод, чтобы отказать ему в любви и поддержке. Пусть он живет в атмосфере тепла и доверия, и тогда проявятся все его многочисленные таланты.  **Помните!**  **Опыт неудач и поражений приземляет, опыт побед и успехов окрыляет. Помогите вашему робкому ребенку расправить свои нежные крылышки.** | **МБОУ «Крапивинский Центр ДиК»**  [Тревожный ребенок](http://www.psynn.ru/images/psibaby/1820.jpg)  **Составитель:**  **Педагог-психолог**  **Ворожищева О.О.** | | |
| **Придерживайтесь следующих правил при воспитании вашего ребенка:**  ***1.Не сравнивайте ребенка с другими детьми и не акцентируйте внимание на неудачах.*** Наоборот, старайтесь подмечать все его малейшие достижения и хвалить за успехи. Главная ваша задача - верить в ребенка так сильно и убедительно, чтобы ребенок поверил вам и "заразился" вашей верой. Тогда он станет уверенным в себе человеком. Ведь известно: добиться чего-то в жизни, можно только веря в свои силы.  ***2.*** ***Не торопите ребенка, давайте ему время привыкнуть к новому.*** Застенчивому, робкому ребенку требуется определенное время, чтобы познакомится, приглядеться, понять законы, которые действуют в новой ситуации, будь то компания сверстников, новая квартира. Только убедившись, что ему там ничего не угрожает, он сможет успокоиться. Если задаете ему вопрос, то давайте необходимое для подготовки ответа время; старайтесь не повторять вопрос дважды или даже трижды. В противном случае ребенок ответит нескоро, | так как каждое повторение он будет воспринимать как новый стимул.  3. ***Не заставляйте ребенка "быть смелым".***Говорить словами "здесь нет ничего страшного" бессмысленно. Нужно дать ребенку почувствовать себя в безопасности. А что лучше прогоняет страх, чем мамина ласка, мамина близость?  **4.** ***Нельзя кричать ни на детей, ни в присутствии детей!***  **5.** ***Если взрослый обращается к тревожному ребенку, он должен установить контакт глаз:*** это вселяет доверие в душу ребенка. ***6. Повышенная требовательность родителей - опасна.***Излишняя требовательность и строгость к детям с утонченной душевной организацией приводит к прямо противоположному эффекту. Ребенок должен чувствовать, что его принимают и ценят вне зависимости от его поведения, успехов. **7.** ***Старайтесь создавать для ребенка ситуации, где бы он смог проявить свои таланты, достоинства, чтобы приобрести уверенность в себе и заслужить уважение сверстников.*** | | Например, можно устраивать дома праздники для детей и приглашать на них одноклассников ребенка, или устраивать совместные с друзьями ребенка выезды на природу, ходить в походы. Здесь, в комфортной для себя обстановке, когда рядом мама и папа, застенчивый ребенок будет чувствовать себя более уверенно и это даст ему возможность изменить мнение приятелей о нем.  **8.** ***Не осуждать детей за ошибки!*** Тревожные дети чрезвычайно чувствительны к плодам собственной деятельности. Одновременно им очень трудно самим оценить итоги своего труда, они не могут сами решить, правильно или неправильно они сделали что-либо, а ждут этой оценки от взрослого. Негативные оценки значимых взрослых оказывают сильное травмирующее влияние на ранимую психику таких детей.  ***9. Не нужно "подставлять руки" на каждом шагу***, нужно создать условия для развития самостоятельности и веры в себя. Не надо бояться, что, отгораживая ребенка от негативного опыта и создавая |