

Психологические рекомендации по работе с тревожными детьми (для воспитателей и родителей)

1. Избегать состязаний, игр или каких – то видов работ, учитывающих скорость.

2. Не сравнивать ребенка с окружающими.

3. Родителям - чаще использовать телесный контакт с ребенком (обнять, прижать к себе)

Совместные упражнения на релаксацию (родитель-ребенок, тревожный родитель - тревожный ребенок)

4. Способствовать повышению самооценки ребенка, чаще хвалить его, но так чтобы он знал за что

5. Чаще обращаться к ребенку по имени.

6. Демонстрирование образцов уверенного поведения чтобы ребенок брал пример

7. Не предъявлять к ребенку завышенных требований.

8. Последовательность в воспитании ребенка

9. Делать ребенку как можно меньше замечаний

10. Использовать наказания лишь в крайних случаях

11. Не унижайте ребенка, наказывая его.