

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ДЛЯ СНИЖЕНИЯ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ ДЕТЕЙ

Безусловно, ребёнку всегда передаётся эмоциональное напряжение и волнение самых близких людей, родителей. Поэтому для психологического спокойствия в школе детям необходима располагающая

к этому обстановка в кругу семьи. Домашняя обстановка может нагнетать тревожность ребёнка в школе. Среди рекомендаций по снижению уровня тревожности ребёнка, на которые стоит обратить

внимание родителей, можно выделить следующие:

■ ЧАЩЕ ХВАЛИТЕ РЕБЁНКА, НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ БЕЗ ВНИМАНИЯ ЕГО ШКОЛЬНЫЕ УСПЕХИ И ДОСТИЖЕНИЯ;

■ НИКОГДА НЕ СРАВНИВАЙТЕ СВОЕГО РЕБЁНКА С ЕГО ОДНОКЛАССНИКАМИ, ЧАЩЕ ГОВОРИТЕ РЕБЁНКУ О ЕГО УНИКАЛЬНОСТИ

■ НЕ РУГАЙТЕ ДЕТЕЙ ЗА ПРОВИННОСТИ В ШКОЛЕ, ВСЕГДА ВАЖНО ПОНЯТЬ ИХ ТОЧКУ ЗРЕНИЯ НА ПРОИСХОДЯЩИЕ С НИМИ СОБЫТИЯ

■ ВЫРАБОТАЙТЕ ПРИВЫЧКУ ОБСУЖДАТЬ С РЕБЁНКОМ В КОНЦЕ ДНЯ ТО, ЧТО ЕГО РАССТРОИЛО ИЛИ ВЗВОЛНОВАЛО В ШКОЛЕ

■ ЗАКРЕПИТЕ В СОЗНАНИИ РЕБЁНКА ПОНИМАНИЕ ТОГО, ЧТО КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК ИМЕЕТ ПРАВО НА ОШИБКУ, ЧТО «НА ОШИБКАХ УЧАТСЯ»;

■ ПОМОГИТЕ РЕБЁНКУ РАССТАВИТЬ ПРИОРИТЕТЫ НА ДАННОМ ЭТАПЕ ЕГО ЖИЗНИ, НАХОДИТЕ ПАРАЛЛЕЛИ С ВАШЕЙ ШКОЛЬНОЙ ЖИЗНЬЮ

■ НЕ СТАВЬТЕ ПОД СОМНЕНИЕ АВТОРИТЕТ УЧИТЕЛЕЙ И ДРУГИХ ЗНАКОМЫХ РЕБЁНКУ ВЗРОСЛЫХ.

Детям

младшего и среднего возраста, безусловно, свойственно испытывать чувство тревоги при взаимодействии с различными компонентами учебного процесса. Однако повышенная тревожность ни в коем случае не должна препятствовать социализации ребёнка и его успеваемости в школе.

