РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ТРЕВОЖНЫМИ ДЕТЬМИ

1. Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.

2. Не сравнивайте ребёнка с окружающими.

3. Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.

4. Способствуйте повышению самооценки ребёнка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал за что.

5. Чаще обращайтесь к ребёнку по имени.

6. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребёнку.

7. Старайтесь делать ребёнку как можно меньше замечаний.

Рекомендации учителям по взаимодействию с тревожными учениками:

     1. Избегайте в общении с тревожными учениками критических замечаний и негативного оценивания их личности. Возьмите группу высокотревожных детей под особый контроль;

     2. Организуйте на внеклассных мероприятиях работу, направленную на снятие эмоционального напряжения, сплочение детского коллектива, развитие коммуникативных навыков;

     3. На уроках чаще используйте элементы двигательной и эмоциональной разгрузки, дозируйте учебную нагрузку и объем домашнего задания, производите частую смену деятельности, чтобы избежать переутомления детей (особенно высокотревожных учеников);

     4. Учитывайте, что в ходе адаптации детей с высоким уровнем тревожности большую роль играют эмоции. Высокотревожные дети могут хорошо учиться в условиях спокойной и доброжелательной атмосферы. Высокотревожные дети наименее успешны в ситуациях повышенного напряжения: в условиях ограниченного времени выполнения задания, при выполнении контрольных работ, при опросе, требующем немедленной ответной реакции;

     5. Сравнивайте результаты ребенка только с его собственными результатами (неделю, месяц назад);

     6. Предъявляемые требования должны быть адекватны возможностям ребенка;

     7. Хвалите ребенка даже за незначительный успех;

     8. Чаще обращайтесь к ребенку по имени;

     9. Не стыдите ребенка, особенно в присутствии его одноклассников;

     10. Повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз.

РЕКОМЕНДАЦИИ УЧИТЕЛЯМ ПО РАБОТЕ С АГРЕССИВНЫМИ ДЕТЬМИ

1.Учите ребенка выражать свое неудовольствие в социально приемлемых формах.

2.Придерживайтесь  постоянства и последовательности в реализации выбранного типа поведения по отношению к ребенку.

3.Сдерживайте  агрессивные порывы ребенка непосредственно перед их проявлением.

 4. Пресекайте любые агрессивные действия: останавливать спокойно, с невозмутимым лицом, действуя при минимуме слов.

5. Обсуждайте поведение только после успокоения.

6.Обязательно показывайте ребенку, что такое поведение абсолютно неприемлемо.

7.Учитенести ответственность за свои поступки.

8. Дайте ему понять, что есть иные способы проявления силы и привлечения внимания.

9.Сохраняйте спокойный эмоциональный тон.

10. Хвалите позитивные поступки для закрепления нового стиля поведения.

11. Показывайте ребенку личный пример эффективного поведения.

12. Четко ориентируйте в понятиях «хорошо», «плохо», «надо».

13. Помните, что запрет и повышение голоса – самые неэффективные способы преодоления агрессивности. Лишь поняв причины такого поведения и сняв их, вы можете надеяться, что агрессивность ребенка будет снята.