

## ***Правила работы с тревожными детьми***

1. Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.
2. Не сравнивайте ребенка с окружающими.
3. Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте его таким, какой он есть.
4. Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.
5. Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал за что.
6. Чаще обращайтесь к ребенку по имени.
7. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.
8. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований. Если ребенку с трудомается какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов, не забудьте похвалить.
9. Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.
10. Страйтесь делать ребенку меньше замечаний.
11. Используйте наказание лишь в крайних случаях. Не унижайте ребенка, наказывая его.
12. Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых людей.
13. Запаситесь терпением, так как мгновенных результатов добиться трудно.
14. Если страхи у ребенка не проходят и имеют навязчивый характер, прибегните к помощи специалиста.

