**Рекомендации классному руководителю и педагогам - предметникам для работы с тревожными обучающимися**

Создание ситуации успеха состоит из последовательности следующих этапов:

1. Снятие страха. Помогает преодолеть неуверенность в собственных силах, робость, боязнь самого дела и оценки окружающих.
2. Авансирование успешного результата. Помогает педагогу выразить свою твердую убежденность в том, что его ученик обязательно справиться с поставленной задачей. Это, в свою очередь, внушает ребенку уверенность в его силах и возможностях.
3. Скрытое инструктирование ребенка в способах и формах совершения деятельности. Помогает ребенку избежать поражения. Достигается путем намека, пожелания.
4. Внесение мотива. Показывает ребенку ради чего, ради кого совершается эта деятельность, кому будет хорошо после выполнения.
5. Персональная исключительность. Обозначает важность усилий ребенка в предстоящей или совершаемой деятельности.
6. Мобилизация активности или педагогическое внушение. Побуждает к выполнению конкретных действий.
7. Высокая оценка детали. Помогает эмоционально пережить успех не результата в целом, а  какой-то его отдельной детали.

Кроме страха самовыражения и страха не соответствовать ожиданиям окружающих, школьная тревожность может проявляться как страх проверки знаний или как проблемы и страхи в отношениях с учителем.

Для работы с таким видом тревожности классный руководитель и учителя могут придерживаться следующих правил:

- Не сравнивайте ребенка с окружающими

- Чаще обращайтесь к ребенку по имени

- Старайтесь делать ребенку меньше замечаний

- Не унижайте ребенка

- Не предъявляйте ребенку завышенных требований. Если ребенку с трудом дается какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении малейших успехов, не забудьте похвалить

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

Главное здесь – создание и поддержание у ребенка положительного образа учителя как авторитетного взрослого.

**II. Работа с классным коллективом**.

На переменах или во внеклассных мероприятиях можно использовать игры и упражнения, способствующие снижению напряженности и улучшению психологической атмосферы в коллективе. Проведение психологических тренингов для развития коммуникативных навыков и толерантности.

**III.Работа с родителями тревожного ребенка –** это,

1. Ознакомление родителей с результатами диагностики школьной тревожности;

2. Рекомендации родителям по взаимодействию с тревожным ребенком.

3. Индивидуальные консультации и беседы с педагогом – психологом.

Педагог – психолог Олейник Т. А.

**Рекомендации родителям тревожного ребенка**

От родителей зависит, есть ли у ребенка страх несоответствия ожиданиям окружающих, физиологическая сопротивляемость стрессу, а также страх проверки знаний.

Для уменьшения уровня страха несоответствия ожиданиям окружающих родителям тревожного ребенка целесообразно следовать следующим рекомендациям:

- Демонстрируйте ребенку образцы уверенного поведения, будьте во всем ему примером;

- Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых.

- Используйте наказание лишь в крайних случаях;

- Не унижайте ребенка, наказывая его;

- Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте его таким, какой он есть;

- Не предъявляйте к ребенку завышенных требований;

- Помогите ему найти дело по душе, где он мог бы проявить свои способности и не чувствовал себя ущемленным.

Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – это особенности психологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды. Это могут быть особенности темперамента (ребенок-меланхолик), повышенная эмоциональная чувствительность и пр. Для поддержания эмоционального благополучия такого ребенка целесообразно для родителей будет придерживаться следующих правил в общении с ним:

- Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, сто разрешали ранее;

- Чаще используйте телесный контакт;

- Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что;

- В травмирующих ситуациях оказывайте ребенку поддержку.

Распространенной причиной страха проверки знаний является непонимание учебного материала и, как следствие, неготовность ребенка к уроку. В этом случае родителям необходимо :

- Осуществлять контроль выполнения ребенком домашних заданий;

- Если ребенок не понимает материал, помочь ему разобраться, но не делать домашнее задание за него;

- Принимать активное участие в школьной жизни ребенка, организации классных вечеров и т.д.

- Можно составить вместе с ребенком режим дня, в котором будут гармонично сочетаться труд и отдых;

- Поддерживать у ребенка интерес к изучаемому материалу: интересоваться, что сегодня было в школе; попросить рассказать что-нибудь из пройденного материала;

- Даже если школьная программа не вызывает у вас интереса, не показывайте этого.

Педагог – психолог Олейник Т. А.