

Как помочь ребенку преодолеть тревожность

1. Не сравнивайте ребенка с окружающими.
2. Доверяйте ребенку.
3. Чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что
4. Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.
5. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
6. Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.
7. Старайтесь делать ребенку меньше замечаний.
8. Используйте наказание лишь в крайних случаях.
9. Даже наказывая, не унижайте ребенка.
10. Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых людей.
11. Помогите ему найти дело по душе.

Пример «правильной похвалы»:

- *«Зная тебя, я уверен, что ты все сделал хорошо».*
- *«Ты делаешь это очень хорошо».*
- *«Это дело - серьезный вызов. Но я уверен, что ты готов к нему».*

Помните: Главный воспитательный метод – личный пример и совместная деятельность, а не критика и наказания!