

***“Рекомендації батькам щодо корекції тривожності
дитини”***



У роботі з тривожністю дитини необхідно:

- постійно підбадьорювати, заохочувати демонструвати впевненість у їхньому успіху, у їхніх можливостях;
- виховувати правильне ставлення до результатів своєї діяльності, уміння правильно оцінити їх, опосередковано ставитися до власних успіхів, невдач, не боятися помилок;
- щоб перебороти скутість, потрібно допомагати дитині розслаблюватися, знімати напругу за допомогою рухливих ігор, музики, спортивних вправ;
- не сваріть дитину за те, що вона посміла гніватися на вас, тільки тоді, коли емоції згаснуть, розкажіть дитині про те, як ви переживали, коли вона виявляла свій гнів.
- поспостерігайте за собою. Дуже часто ми самі виховуємо своє роздратування, терпимо його доти, доки воно не вибухне, як вулкан, яким уже не можна керувати.

Особливості стилю поведінки із сором'язливими дітьми:

- розширюйте коло знайомих своєї дитини, частіше запрошуйте до себе друзів, беріть дитину в гості до знайомих людей;
- не варто постійно турбуватися про дитину, прагнути оберігати її від небезпек, в основному придуманих вами, не намагайтеся самі зробити все за дитину;
- постійно зміцнюйте в дитині впевненість у собі, у власних силах;
- залучайте дитину до виконання різних доручень, зв'язаних із спілкуванням, створюйте ситуації, в яких сором'язливій дитині довелося б вступити в контакт з «чужим» дорослим.

Кілька порад батькам замкнутих дітей:

- розширюйте коло спілкування вашої дитини, знайомте її з новими людьми;

підкреслюйте переваги і користь спілкування, розповідайте дитині, що нового й цікавого ви дізналися, а також, яке задоволення ви одержали, спілкуючись з тією чи іншою людиною.

→ прагніть самі стати для дитини прикладом людини, що ефективно спілкується.

Поради батькам конфліктних дітей

→ стримуйте прагнення дитини провокувати сварки з іншими. Треба звертати увагу на недобррозичливі погляди один на одного або бурмотіння собі під ніс. Звичайно, в усіх батьків бувають моменти, коли ніколи й неможливо контролювати дітей. І тоді найчастіше виникають «бурі».

→ не намагайтеся припинити сварку, обвинувативши іншу дитину в її виникненні і захищаючи свою. Намагайтеся об'єктивно розібратися в причинах її виникнення.

→ після конфлікту обговоріть з дитиною причини його виникнення, визначте неправильні дії вашої дитини, що призвели до конфлікту. Спробуйте знайти інші способи виходу з конфліктної ситуації.

→ не обговорюйте при дитині проблеми її поведінки. Вона може утвердитися в думці про те, що конфлікти неминучі, і буде продовжувати провокувати їх.