

Рекомендации для педагогов по работе с тревожными детьми

Тревожность определяется как устойчивое отрицательное переживание беспокойства и ожидания неблагополучия со стороны окружающих. Она является глубинным эмоциональным состоянием, возникающим в результате неудовлетворения важных потребностей.

Тревожные дети отличаются частыми проявлениями беспокойства и тревоги, а также большим количеством страхов, причем страхи и тревога возникают в тех ситуациях, в которых ребенку, как правило, ничего не грозит. Тревожные дети отличаются особой чувствительностью, мнительностью и впечатлительностью. Такие дети нередко характеризуются низкой самооценкой, в связи с чем у них возникает ожидание неблагополучия со стороны окружающих.

Тревожные дети очень чувствительны к своим неудачам, остро реагируют на них, склонны отказаться от такой деятельности, в которой испытывают затруднения.

Повышенная тревожность мешает ребенку общаться, т.е. взаимодействовать в системе ребенок-ребенок, ребенок-взрослый, препятствует формированию учебной деятельности, в частности, постоянное чувство тревожности не дает возможности формированию контрольно-оценочной деятельности (контрольно-оценочные действия являются одним из основных составляющих учебной деятельности). Также повышенная тревожность способствует блокированию психосоматических систем организма, не дает возможности эффективной работе на уроке.

Рекомендации педагогам

1. Поручение, которое дается ребенку, должно соответствовать его возможностям. Предлагая выполнить слишком сложные, непосильные задания, мы заранее обрекаем ребенка на неуспех, и на снижение его самооценки, появление неудовлетворенности собой. Для снижения тревожности следует предлагать ребенку выполнение таких поручений, с которыми он сможет успешно справиться.

2. Повышение самооценки ребенка способствует коррекции тревожности. Любая деятельность, предлагаемая ребенку, должна предваряться словами, выражающими уверенность в его успехе («У тебя это получится», «Ты это умеешь хорошо делать»). При выполнении заданий необходим общий положительный эмоциональный фон.

3. Недопустимо сравнивать ребенка с кем-либо, особенно, если это сравнение не в его пользу. Сравнение должно быть только с собственными успехами и неудачами ребенка («Посмотри, сегодня ты меньше постарался, поэтому у тебя получилось хуже, чем в прошлый раз. Но я думаю, завтра ты сможешь сделать лучше», «Сегодня ты допустил всего четыре ошибки, а ведь вчера их было шесть. Ты молодец!»). Оптимистические прогнозы «на завтра» не дают ребенку повода считать себя безнадежным и способствуют повышению уверенности в себе.

4. Желательно не ставить тревожного ребенка в ситуации соревнования, поскольку такие задания повышают беспокойство, тревогу и провоцируют стресс. Не рекомендуется давать тревожным детям задания типа «кто первый».

5. Ситуация публичного выступления является для тревожного ребенка стрессовой, поэтому не следует настаивать на том, чтобы ученик отвечал перед всем классом: его ответы можно выслушать индивидуально.

6. Детская тревожность часто вызывается неизвестностью. Потому, предлагая ребенку задание, необходимо подробно обсудить алгоритм его выполнения, составить план: что он будет делать вначале, что потом и чем должен завершить и т.д.

7. Следует осторожно и дозированно использовать критику, т.к. тревожные дети болезненно реагируют на нее. Нельзя стыдить ребенка, особенно в присутствии его одноклассников.

8. По возможности объяснять новый материал на знакомых ребенку примерах.

9. Чаще обращаться к ребенку по имени.

10. Хвалить ребенка даже за незначительный успех. Похвала, в отличие от порицания, может осуществляться публично.

Рекомендации по работе с замкнутыми детьми

1) Не следует ставить ребенка в ситуацию неопределенности, неизвестности.

2) Важно включать ребенка в посильные для него дела, давать поручения, с которыми он сможет успешно справиться.

3) Полезно хвалить ученика за самостоятельность.

4) Необходимо стимулировать личную ответственность.

5) Не следует создавать напряжения во взаимоотношениях. В случае необходимости применения мер дисциплинарного воздействия необходимо оценивать поступок ученика, а не его личность. Нельзя говорить ребенку «Ты – плохой», вместо этого следует сказать «Ты поступил плохо». Плохой поступок можно исправить. «Ты – плохой» - это характеристика личности обучающегося. Обязательно необходимо похвалить ребенка, когда он исправится.

6) Можно позволить замкнутому ребенку отвечать с места или письменно.

7) Важно «разрешить» ошибаться и спокойно относиться к ошибкам, мотивировать желание их исправить, находя при этом разные варианты решения проблемы.

8) Осторожно и дозированно использовать критику, т.к. тревожные и замкнутые дети болезненно реагируют на нее.