**Рекомендації вчителям та батькам по взаємодії з тривожними дітьми:**

**1.    Дотримуйтеся позитивної моделі виховання:** емоційне тепле ставлення батьків       і     педагогів, постійна щира увага до потреб та інтересів дитини, не ігноруйте          почуттів дитини, якомога менше зауважень.

**2.     Враховуючи підвищену чутливість до зовнішнього оцінювання тривожних дітей:**

·        не акцентуйте уваги на невдачах;

·        давайте право на помилку;

·        опитування тривожних дітей варто робити всередині уроку;

·        не порівнюйте дитину з оточенням, лише із самою собою, з власним результатом;

·        оцінюйте тільки дію, вчинок, а не всю особистість;

·         не соромте прилюдно, не принижуйте гідності, не вимагайте прилюдного каяття.

**3.     Сприяйте підвищенню самооцінки дитини:**

·        частіше хваліть, але не за здібності, а за зусилля, старання;

·        частіше звертайтесь на ім’я;

·        не ставте завищених вимог;

·        введіть щоденний ритуал « Бюро гарних новин»;

·        заведіть у класі « Банк успіху», озвучуйте здобутки, досягнення учнів;

·        сприяйте підвищенню соціального статусу дитини серед однолітків;

·        створюйте педагогічні ситуації гарантованого успіху;

·        допомагайте виявляти себе , самостверджуватися в різних аспектах шкільного життя.

**4.      Забезпечте підтримку перед травматичними подіями і під час них:**

·        Заздалегідь обговоріть, як відбуватиметься контрольна, моніторинг;

·        Обирайте зручний для дитини спосіб перевірки знань (письмо чи на одинці з вчителем);

·        Частіше застосовуйте візуальну (погляд) і тактильну (дотик) підтримку;

·        Намагайтесь знизити значущість ситуації, відмовитися від порівняння себе з іншими і бажання бути вищим;

·        Зосередитися на завданні;

·        Намагайтеся скорегувати установку на надмірну вадливість успіхів у навчанні (перенесіть акцент з оцінки результату на процес як чергову сходинку до успіху);

·        Використовуйте позитивне підкріплення під час відповіді.

**5.     Уникайте виникнення зайвих, необов’язкових психотравматичних ситуацій (не примушуйте виступати на сцені, олімпіадах).**

**6.      Не експлуатуйте надмірну відповідальність тривожних дітей, не давайте  доручень, пов’язаних із підвищеною відповідальністю** (особливо – за інших  дітей).

**7.      Залучайте тривожних дітей до корекційних занять з психологом** (відпрацювання конструктивних засобів поведінки у складних ситуаціях, засвоєння прийомів подолання хвилювання, тривоги;зміцнення впевненості у собі, розвиток самооцінки і мотивації).