|  |
| --- |
| **Родителям и педагогам****Для исключения формирования тревожности :*** https://img1.liveinternet.ru/images/attach/d/1/133/640/133640171_5761818_devochkaplachet.pngНикогда не грозите ребенку, тем, что вы его разлюбите или поменяете на другого ребенка более хорошего.
* Для снятия излишнего мышечного напряжения чаще используйте тактильный контакт с ребенком, т.е. поглаживайте его.
* Очень важно для преодоления тревоги – доверительное, теплое, душевная атмосфера в семье и группе, уверенность ребенка в любви и защите со стороны взрослого.
* Не рассказывайте при посторонних о тревогах и страхах детей – чтобы не усугубить боязнь новых ситуаций и новых людей, усиливая тревожность ребенка.
* Оценку давайте поступкам ребенка, а не ему самому.
* https://png.pngtree.com/element_origin_min_pic/17/07/02/97bcc666d3fdfd243b68ee8d088dc63d.jpgОбщайтесь со своим ребенком открыто, устраивайте совместные праздники, походы в театры, музеи и т.п., способствуя расширению кругозора ребенка.
* Старайтесь ограничивать время провождения ребенка перед гаджетами, особенно иформационно - насыщенными негативом.
* Время перед сном старайтесь занять ребенка прочтением сказок, эмоционально-доверительным контактом.
* Объективно подходите к наказаниям и похвалам ребенка.
* По возможности следите за своей речью: избегая тревожных и агрессивных посылов.
 |
|  |
| **Родителям и педагогам****Для исключения формирования тревожности :*** https://img1.liveinternet.ru/images/attach/d/1/133/640/133640171_5761818_devochkaplachet.pngНикогда не грозите ребенку, тем, что вы его разлюбите или поменяете на другого ребенка более хорошего.
* Для снятия излишнего мышечного напряжения чаще используйте тактильный контакт с ребенком, т.е. поглаживайте его.
* Очень важно для преодоления тревоги – доверительное, теплое, душевная атмосфера в семье и группе, уверенность ребенка в любви и защите со стороны взрослого.
* Не рассказывайте при посторонних о тревогах и страхах детей – чтобы не усугубить боязнь новых ситуаций и новых людей, усиливая тревожность ребенка.
* Оценку давайте поступкам ребенка, а не ему самому.
* https://png.pngtree.com/element_origin_min_pic/17/07/02/97bcc666d3fdfd243b68ee8d088dc63d.jpgОбщайтесь со своим ребенком открыто, устраивайте совместные праздники, походы в театры, музеи и т.п., способствуя расширению кругозора ребенка.
* Старайтесь ограничивать время провождения ребенка перед гаджетами, особенно иформационно - насыщенными негативом.
* Время перед сном старайтесь занять ребенка прочтением сказок, эмоционально-доверительным контактом.
* Объективно подходите к наказаниям и похвалам ребенка.
* По возможности следите за своей речью: избегая тревожных и агрессивных посылов.
 |