|  |
| --- |
| **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. |