

Памятка для педагога по работе с учащимися, отличающимися высоким уровнем тревожности

Личностная тревожность – свойство характера человека, выражающееся в предрасположенности к тревоге и устойчивой склонности человека воспринимать угрозу своему «Я» в самых различных ситуациях, даже там, где нет реального повода для тревоги.

Высокотреховные учащиеся склонны преувеличивать трудности и опасения, с которыми они встречаются, предрасположены к перепадам давления и нарушениям сердечного ритма. Личностная тревожность обычно соотносится с такими чертами характера как агрессивность, раздражительность, застенчивость.

Особенности работы с тревожными детьми:

1. Общение в доверительном, спокойном и доброжелательном тоне, не повышая голоса
2. Единство требований со стороны взрослых, избегание двусмысленности и недомолвок в изложении требований
3. Создание условий для повышения самооценки учащегося – не заострять внимание на промахах и неудачах, акцентировать внимание на успехах
4. Формирование оптимистических установок, развитие умения выделять главное и не беспокоиться по мелочам, снижение чувства повышенной моральной ответственности и вины
5. Нельзя угрожать наказанием, накапливать «компромат», строить неблагоприятные прогнозы, публично подчеркивать несостоятельность учащегося в чем-либо
6. В случае проступков наказание производить сразу, без отсрочки его выполнения
7. Избегание состязаний, любых видов работ, учитывающих скорость
8. Не сравнивайте учащегося с окружающими
9. Последовательность в воспитании, не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше
1. Формирование на уроке обстановки спокойствия, уверенности в достижении учебных целей
2. Давать время на обдумывание задания, подготовку, не ставить учащегося в ситуацию неожиданного вопроса, не требовать отвечать новый, неусвоенный материал
3. Стимулировать самостоятельный поиск путей преодоления учебных затруднений
4. Доброжелательно аргументировать выставляемую оценку, хвалить за приложенные усилия
5. Поручения должны быть конкретными и посильными, способствующими ситуации успеха, повышение самооценки
6. Нежелательны поручения, требующие решительности, ответственности, инициативы