**РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОВЫШЕНИЮ САМООЦЕНКИ РЕБЕНКА.**

**ПРЕОДОЛЕНИЕ ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ.**

- оказывать детям поддержку, проявлять искреннюю заботу о них и как можно чаще давать позитивную оценку их действиям и поступкам; чаще называть по имени и хвалить его в присутствии других детей и взрослых;

- нельзя предъявлять к тревожному ребенку завышенных требований, которые ребенок не в состоянии выполнить; желательно избегать таких заданий, которые выполняются за определенное время;

- задавая вопрос, не следует торопить и погонять тревожных детей с ответом. Дайте ребенку необходимо длительный срок для ответа, стараясь не повторять свой вопрос дважды или трижды;

- родителям тревожного ребенка следует быть последовательными в своих действиях, поощрениях и наказаниях;

- ни в коем случае нельзя допускать семейных разногласий в вопросах воспитания. Требования всех членов семьи должны быть четко согласованы.

Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверенно. Для этого:

* Слушайте своего ребенка;
* Проводите вместе с ним как можно больше времени;
* Делитесь своим опытом;
* Рассказывайте ему о своем детстве, детских поступках, победах и неудачах. Такие обсуждения способствуют расширению поведенческого репертуара ребенка;
* Если в семье несколько детей, постарайтесь общаться не только со всеми вместе. Но и уделяйте «безраздельное» внимание каждому из них в отдельности;
* Объясняйте, а не просто приказывайте и запрещайте.