

## **ТРЕВОЖНЫЕ И НЕУВЕРЕННЫЕ ДЕТИ**

### **Краткая характеристика. Как распознать? Основные трудности. Стратегия поддержки**

Самое главное - это снизить напряжение и тревожность ребенка и обеспечить подходящие условия для занятий.

Стоит обратить особое внимание на такую группу школьников, как тревожные и неуверенные дети.

### **ТРЕВОЖНЫЕ ДЕТИ**

#### ***Краткая психологическая характеристика.***

Для тревожных детей учебный процесс сопряжен с определенным эмоциональным напряжением. Они склонны воспринимать любую ситуацию, связанную с учебной работой, как опасную. Особую тревогу вызывает у них проверка знаний в любом виде (контрольная работа, диктанты и т.д.).

#### ***Как распознать тревожного ребенка?***

Эти дети часто перепроверяют уже сделанное, постоянно исправляют написанное, причем это может и не вести к существенному улучшению качества работы. При устном ответе они, как правило, пристально наблюдают за реакциями взрослого. Они обычно задают множество уточняющих вопросов, часто переспрашивают учителя, проверяя, правильно ли они его поняли. Тревожные дети при выполнении индивидуального задания обычно просят учителя "посмотреть, правильно ли они сделали". Они часто грызут ручки, тербят пальцы или волосы.

#### ***Основные трудности***

Ситуация экзамена вообще сложна для тревожных детей, потому что она по природе своей оценочная. Наиболее трудной стороной ГИА для тревожного ребенка является отсутствие эмоционального контакта с взрослым.

### ***Стратегии поддержки***

***На этапе подготовки.*** Для тревожных детей особенно важно создание ситуации эмоционального комфорта на предэкзаменационном этапе. Ни в коем случае нельзя нагнетать обстановку, напоминая о серьезности предстоящего экзамена и значимости его результатов. Чрезмерное повышение тревоги у детей этой категории приводит только к дезорганизации их деятельности. Задача взрослого — создание ситуации успеха, поощрение, поддержка. В этом огромную роль играют поддерживающие высказывания: "Я уверен, что ты справишься", "Ты так хорошо справился с контрольной по ...".

***Во время выполнения упражнений, заданий.*** Очень важно обеспечить тревожным детям ощущение эмоциональной поддержки. Это можно сделать различными невербальными способами: посмотреть, улыбнуться и т.д. Тем самым взрослый как бы говорит ребенку: "Я здесь, я с тобой, ты не один". Если ребенок обращается за помощью: "Посмотрите, я правильно делаю?" – лучше всего, не вникая в содержание написанного, убедительно сказать: "Я уверена, что ты все делаешь правильно, и у тебя все получится".

## **НЕУВЕРЕННЫЕ ДЕТИ**

### ***Краткая психологическая характеристика***

Проблема таких детей в том, что они не умеют опираться на собственное мнение, они склонны прибегать к помощи других людей. Неуверенные дети не могут самостоятельно проверить качество своей работы: они сами себе не доверяют. Они могут хорошо справляться с теми заданиями, где требуется работа по образцу, но испытывают затруднения при необходимости самостоятельного выбора стратегии решения. В подобной ситуации они обычно обращаются за помощью к одноклассникам или родителям (особенно при выполнении домашнего задания). Такие дети списывают не потому, что не знают ответа, а потому, что не уверены в правильности своих знаний и решений. В поведенческом плане им часто присущ конформизм, они не умеют отстаивать собственную точку зрения. Неуверенные дети часто подолгу не могут приступить к выполнению задания, но достаточно педагогу подсказать им первый шаг, как они начинают работать.

### ***Основные трудности***

Неуверенные дети испытывают затруднения во время любого экзамена, поскольку им сложно опираться только на собственные ресурсы и принимать самостоятельное решение. При сдаче ГИА они испытывают дополнительные сложности, поскольку принципиальное значение там имеет самостоятельный выбор стратегии деятельности, а эта задача для неуверенных детей крайне сложна.

### ***Стратегии поддержки***

***На этапе подготовки.*** Очень важно, чтобы неуверенный ребенок получил положительный опыт принятия другими людьми его личного выбора. При работе с такими детьми необходимо воздерживаться от советов и рекомендаций ("Сначала реши простые задания, а потом переходи к сложным"). Лучше предложить выбрать ему самому и терпеливо дождаться, когда он примет решение ("Как ты думаешь, с чего лучше начать: с простых или сложных заданий?").

***Во время выполнения упражнений, заданий.*** Неуверенного ребенка можно поддерживать простыми фразами, способствующими созданию ситуации успеха: "Я уверен, у тебя все получится", "Ты обязательно справишься". Если ребенок никак не может приступить к выполнению задания, долго сидит без дела, стоит спросить его: "Ты не знаешь, как начать? Как выполнять следующее задание?" – и предложить ему альтернативу: "Ты можешь начать с простых заданий или сначала просмотреть весь материал. Как ты думаешь, что будет лучше?" Ни в коем случае нельзя говорить тревожным и неуверенным детям "Подумай еще", "Поразмысли хорошенько". Это только усилит их тревогу и никак не продвинет выполнение задания.

**Педагог-психолог**