

**муниципальное бюджетное дошкольное  
образовательное учреждение  
«Детский сад № 29»**

Россия, 660062, г. Красноярск, ул. Крупской, 10ж, e-mail: 29150515@mail.ru, тел. (391) 218-18-62, 218-18-82 ОГРН  
1152468014050 ИНН/КПП 2463093302/246301001

Педагог-психолог МБДОУ №29  
Жимкус Екатерина Ромуальдасовна

**Психологические рекомендации  
по работе с тревожными детьми  
(для воспитателей и родителей)**

1. Избегать состязаний, игр или каких – то видов работ, учитывающих скорость.
2. Не сравнивать ребенка с окружающими.
3. Родителям - чаще использовать телесный контакт с ребенком (обнять, прижать к себе)
4. Совместные упражнения на релаксацию (родитель-ребенок, тревожный родитель - тревожный ребенок)
5. Способствовать повышению самооценки ребенка, чаще хвалить его, но так чтобы он знал за что
6. Чаще обращаться к ребенку по имени.
7. Демонстрирование образцов уверенного поведения чтобы ребенок брал пример
8. Не предъявлять к ребенку завышенных требований.
9. Последовательность в воспитании ребенка
10. Делать ребенку как можно меньше замечаний
11. Использовать наказания лишь в крайних случаях
12. Не унижайте ребенка, наказывая его.

Красноярск, 2018