

## КАК ПОМОЧЬ ТРЕВОЖНОМУ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ДЕТСКОМУ САДУ



- Не привлекайте тревожных детей к видам деятельности соревновательного характера;
- Не подгоняйте тревожных детей флегматического и меланхолического типов темперамента, давайте им возможность действовать в привычном для них темпе (такого ребенка можно чуть раньше, чем остальных, посадить за стол, одевать его в первую очередь и т. п.);
- Хвалите ребенка даже за не очень значительные достижения;
- Не заставляйте ребенка вступать в незнакомые виды деятельности (пусть он сначала просто посмотрит, как это делают его сверстники);
- Используйте в работе с тревожными детьми игрушки и материалы, уже знакомые им;
- Закрепите за ребенком постоянное место, кроватку;
- Попросите ребенка быть помощником воспитателю, если малыш не отходит от него.

**У родителей тревожных детей тоже  
часто бывает повышенный уровень  
тревожности**

Иногда это состояние взрослого невольно передается детям. Например, как показывает практика, у тревожно-мнительных матерей, чрезмерно опасющихся за здоровье своего ребенка, дети в большей степени подвержены заболеваниям.