

Рекомендации по работе с учащимися, имеющими повышенный уровень школьной тревожности

1. Избегать излишне эмоциональных реакций по поводу неудач учеников, сравнения учеников друг с другом, т.к. это способствует возникновению страхов, повышению тревожности, снижению уровня школьной мотивации, возникновению у детей мотива избегания неудачи, формированию заниженной самооценки, неврозов, ухудшению взаимоотношений между учителем и учеником.

Для создания у детей ситуации успеха, лучше стараться показывать положительную динамику в результатах отдельного ученика, объяснять причины неудач, чётко разъяснять систему требований и оценивания, учить детей преодолевать трудности, извлекая уроки из неудач, чтобы избежать их в дальнейшем, поощрять детей в практике задавания вопросов и т.д.

2. Помнить, что излишне напряжённая обстановка перед экзаменом, контрольной, может снизить результаты у высокотренированных детей и детей с низкой стрессоустойчивостью.

Необходимо провести предварительную беседу с классом (или с конкретными детьми) с целью обсуждения способов преодоления стресса, подготовки к контрольным, обсудить варианты поведения при получении плохой оценки и т.д.

Нужно стараться повысить у детей уверенность в своих силах и снизить излишнюю тревожность.

Запугивание детей часто приводит к противоположным результатам.

3. При работе с неуверенными в себе и застенчивыми детьми необходимо помнить, что любой ответ у доски, повышенное внимание, приводит таких детей в состояние стресса.

Поэтому нужно стараться создать на уроке максимально безопасную с психологической точки зрения атмосферу взаимоуважения: пресекать попытки унижения, давления, насмешек со стороны детей, способствовать повышению самооценки и уверенности в себе путём поощрения и подчёркивания положительных моментов в работе. Очень важно наладить доверительные отношения с такими детьми, использовать индивидуальные беседы с целью коррекции излишней тревожности и страха самовыражения.

4. При работе с детьми, испытывающими социальный стресс, детьми – «изгоями», детьми, негативно относящимися к школе, необходимо в первую очередь наладить контакт с ними и установить доверительные отношения.

Для улучшения психологического климата в классе необходимо проводить внешкольные мероприятия, наладить работу с лидерами и предпочитаемыми, использовать их помощь в руководстве классом, привлекать детей группы риска к участию в жизни класса, школы, выполнению поручений, способствовать самораскрытию, самоутверждению, повышению авторитета детей группы риска среди одноклассников.

5. Для работы с детьми, имеющими проблемы в отношениях с учителями, необходимо прежде всего выслушать обе стороны.

Очень часто причинами взаимной неприязни являются:

несправедливость со стороны учителя;
оскорбления и унижения личности с обеих сторон;
обиды личного характера со стороны учителя;
нарушения дисциплины со стороны учащихся;
излишняя эмоциональность и перепады настроения со стороны учителя;
невыполнение обещаний; и т.д.

Для того чтобы избежать негативных последствий, необходимо довести до учеников перечень требований и санкций учителя, своего рода заключить договор, и, что очень важно, контролировать его выполнение.

Дети будут знать о требованиях и возможных наказаниях, и в случае инцидента, учитель сможет наказать ученика, сославшись на этот договор. Сложность заключается в том, что необходимо быть последовательным и выполнять договор в любом случае, без поблажек.

Если учитель сам совершил ошибку, некорректно, несправедливо повёл себя, нужно обязательно признать свою ошибку и извиниться.

Такой стиль поведения способствует повышению авторитета учителя, дисциплинирует классный коллектив, благоприятно сказывается на отношениях с учениками и их родителями.