

Рекомендации классным руководителям по работе с учащимися с высоким и повышенным уровнем тревожности:

1. Пересмотреть свое отношение к обучающимся, строить в дальнейшем свои отношения с ними с позиции принятия, поддержки, эмпатии; побеседовать с каждым из студентов, выяснить, что их волнует (принцип беседы – корректность и тактичность).
2. Выяснит взаимоотношения этих учеников с учителями-предметниками; при наличии конфликта способствовать его разрешению; настроить учителей-предметников на более внимательное, чуткое, доброжелательное отношение к подросткам.
3. Понаблюдать за поведением детей в урочное и неурочное время (на классных часах, других мероприятиях), об изменениях в поведении подростков сообщить педагогу-психологу.
4. Провести беседу с родителями, выяснить обстановку в семье, возможные причины повышенной тревожности подростков.

Необходимо знать, ученики с высоким и повышенным уровнем тревожности эмоционально острее, нежели низко тревожные реагируют на сообщение о неудачах; у них боязнь неудач доминирует над стремлением к достижению успеха. Следовательно, у таких подростков нужно формировать уверенность в себе, не акцентировать внимания на неудачах, всячески подчеркивать положительные результаты их работы и учебы. Тем самым каждому из них дается возможность пережить чувство успеха, возможность воспринимать себя как достаточно успешного человека.