



## Рекомендации педагогам по работе с тревожными студентами

---

- 1. Поручение, которое дается студенту, должно соответствовать его возможностям. Предлагая выполнить слишком сложные, непосильные задания, вы заранее обрекаете его на неуспех, а, следовательно, на снижение самооценки, на неудовлетворенность собой.*
- 2. Необходимо повышать самооценку тревожного студента, для чего любая деятельность, предлагаемая ему, должна предваряться словами, выражающими уверенность в его успехе (“У тебя это получится”, “Ты это умеешь хорошо делать”). При выполнении заданий необходим общий положительный эмоциональный фон.*
- 3. Недопустимо сравнивать тревожного студента с кем-либо, особенно, если это сравнение не в его пользу. Сравнение должно быть только с его собственными успехами и неудачами (“Посмотри, сегодня ты меньше постарался, поэтому у тебя получилось хуже, чем в прошлый раз. Но я думаю, завтра ты сможешь сделать лучше”). Оптимистические прогнозы “на завтра” не дают студенту повода считать себя безнадежным и способствуют повышению уверенности в себе.*
- 4. Желательно не ставить тревожного студента в ситуации соревнования, публичного выступления. Ситуация публичного выступления является стрессовой, поэтому не следует настаивать на том, чтобы студент отвечал перед всей группой: его ответы можно выслушать индивидуально.*
- 5. Не рекомендуется давать тревожным студентам задания типа “кто первый”.*
- 6. Осторожно и дозированно использовать критику, т.к. тревожные люди болезненно реагируют на нее. Старайтесь не стыдить студента, особенно в присутствии его сверстников.*
- 7. Чаще обращайтесь к студентам по имени.*
- 8. Хвалите даже за незначительный успех*