

Работа с учащимися, имеющими высокий уровень тревожности

Личностная тревожность – свойство характера человека, predisposed к тревоге и устойчивой склонности воспринимать угрозу своему «Я», в различных ситуациях, даже где нет реального повода для тревоги. Личностная тревожность соотносится с такими чертами характера, как агрессивность, раздражительность, застенчивость.

Общие рекомендации:

1. общение в доверительном, спокойном и доброжелательном тоне, без повышения голоса;
2. единство требований к учащемуся со стороны педагогов и родителей;
3. создание условий для повышения самооценки – не заострять внимание на промахах, неудачах, акцентировать внимание на успехах;
4. формирование оптимистических установок, развитие умения выделять главное и не тревожиться по мелочам, снижение чувства повышенной вины и моральной ответственности;

5. исключение угроз наказания, накопления компрометирующих сведений, исключение неблагоприятных прогнозов, публичных обвинений в чем-либо;
6. в случае нарушения правил внутреннего распорядка колледжа рассматривать каждое нарушение сразу (по факту).

Рекомендации по повышению социометрического статуса учащихся

1. Вовлекать изолированного, отверженного учащегося в интересную деятельность.
2. Помочь достигнуть успеха в той деятельности, в которой зависит положение учащегося (преодоление неуспеваемости, сплочение учащихся группы и т.д.).
3. Избегать чрезмерного захваливания или противопоставления учащихся друг другу.
4. В учебной группе создавать атмосферу дружелюбия, взаимопомощи, создание условий для поддержания робкого учащегося авторитетными сверстниками.

Учреждение образования
«Борисовский государственный
колледж»

Адаптация учащихся в условиях колледжа



**Основные проблемы в среде
подросткового и юношеского
возраста:**

1. Сложности в дружеских отношениях и любви со сверстниками.
2. Отношения с родителями и другими взрослыми («не понимают, не разрешают, заставляют и т.д.).
3. Проблемы самооценки и развития характера (недовольство собой, своим внешним видом и поведением).
4. Ощущение перегрузки, усталость (неумение контролировать желания и организация своего распорядка дня; физические недомогания, связанные с перестройками организма).
5. Проблемы с учебой (снижение успеваемости, нежелание учиться).
6. Выбор жизненного пути (дальнейшее трудоустройство и в целом жизнеустройство).

**7. Организация досуга в
свободное от учебы время.**

**Рекомендации по организации
учебной деятельности**

- формировать на учебном занятии обстановку спокойствия, доброжелательности, уверенности в достижении учебных целей;
- давать время на обдумывание задания, подготовку, не ставить учащегося в ситуацию неожиданного вопроса, не требовать отвечать новый, неусвоенный материал;
- стимулировать самостоятельный поиск путей преодоления учебных затруднений;
- доброжелательно аргументировать выставленную оценку, хвалить за приложенные усилия.

**Рекомендации по организации
внеурочной деятельности:**

- поручения должны быть конкретными и посильными, способствующими ситуации успеха, повышению самооценки;
- нежелательны поручения, требующие решительности, ответственности, инициативы;
- внушение: неудачи в деятельности - обычное явление, они преодолимы;
- формирование установки на успех, умение отделять главное от второстепенного;
- воспитательные воздействия: убеждение на собственном опыте и опыте других, увлечение хорошими перспективами, проявление доброты, заботы и поддержки, организация успеха в деятельности, поощрение успеха.