**Рекомендации родителям по общению с тревожным ребенком**

1. Общаясь с ребенком, не подрывать авторитет других значимых для него людей.

2. Быть последовательным в своих действиях, не запрещать без всяких причин то, что разрешалось раньше.

3. Учитывать возможности ребенка, не требовать того, что он не может выполнить. Если ему с трудом дается какой-либо предмет – лишний раз помочь и оказать поддержку. При достижении даже малейших успехов не забыть похвалить.

4. Доверять ребенку, быть с ним честным и принимать таким, какой он есть.

5. Избегать состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.

6. Не сравнивать ребенка с окружающими.

7. Чаще использовать телесный контакт, упражнения на релаксацию.

8. Способствовать повышению самооценки ребенка, чаще хвалить его, но так, чтобы он знал за что.

9. Чаще обращаться к ребенку по имени.

10. Демонстрировать образцы уверенного поведения, быть во всем примером ребенку.

11. Стараться делать ребенку как можно меньше замечаний.

12. Использовать наказание лишь в крайних случаях. Наказывая ребенка, нe унижать его.