

1. Пам'ятайте, що кожна дитина - неповторна індивідуальність, у неї формуються тільки їй властиві особливості мотиваційно - потребнісної сфери, самооцінки і домагання; з'являються схильності і інтереси, форми поведінки і переживання, а також те особливе поєднання всіх властивостей, рис, сторін її особистості, що становить її індивідуальний вигляд.

2. Враховуйте вікові особливості дітей. Це допомагає краще регулювати життєдіяльність дитини, створювати оптимальні умови для розкриття її здібностей у навчальному та іншому видах діяльності, вивчити їхні індивідуальні особливості й на цій основі обирати найдієвіші і найоптимальніші засоби та методи впливу.

3. Використовуйте в роботі основні форми особистісного підходу до дитини:

- впливу дитячого колективу;

- вивчення особливостей і виправлення недоліків сімейного виховання;

- використання дружніх взаємин дітей для підвищення рівня їхнього виховання й дисципліни;

- використання схильностей дітей;

- вплив на слабохарактерних дітей, які легко потрапляють під негативний вплив і не можуть від нього звільнитися.

4. Навчіться керувати своїм настроєм. Бадьорий настрій, так само як і поганий, передається вашому оточенню, і особливо гостро його сприймають діти. Вони широко радіють веселій і життєрадісній людині й дуже скуті в присутності похмурого дорослого.

5. Пам'ятайте, що емоції дитини короткочасні, рідко тривають більше кількох хвилин і майже раптово зникають, поступаючись місцем іншим: вони швидко переходять від сміху до сліз, від усмішки до гніву. Емоції дитини інтенсивні, часто бурхливі.
  
6. У деяких дітей емоційні реакції можуть виявлятися у вигляді напруженості, тривоги, відсутності апетиту, непосидливості, страшних снів. Такі діти мають звичку гризти нігті, ссати пальці, плакати. У хлопчиків емоційні порушення виражені більше ніж у дівчаток.
  
7. Діти часто копіюють емоційні реакції дорослого або інших, зазвичай старших дітей, тому не акцентуйте свою увагу на цих виявах, вони швидко минуть.
  
8. Упертий часто розуміє, що він неправий, але в нього сильне бажання зробити по-своєму, іноді всупереч здоровому глузду або тільки з почуття егоїзму. Причиною впертості можуть бути: реакція скривдженої дитини, виявлення помилкової самостійності або перевтома.
  
9. Гіпертимні, рухливі діти, як правило, завжди в гарному настрої, вони ніколи не замислюються над своїми вчинками, не соромляться, в усе втручаються, усе готові зробити, ніколи при цьому не втомлюються. Однак їм складно пристосуватись до суворого режиму.
  
10. Діти астено-невротичного типу погано сплять, скаржаться на погане самопочуття, періодичні головні болі, відсутність апетиту. Дитина швидко втомлюється в гучній компанії, під час фізичного навантаження, часто плаче. Правильний режим, дозоване навантаження, можливість усамітнитися допомагають уникнути негативних виявів.
  
11. Діти шизоїдного типу недостатньо комунікабельні, не прагнуть спілкування з однолітками, віддають перевагу товариству дорослих, замкнуті, погано встановлюють контакти з однолітками. Їхній багатий внутрішній світ закритий для інших, але дитина може бути відвертою перед обраною нею самою людиною.

12. Істероїдному типу властиві егоцентризм, бажання постійної уваги. Емоції неглибокі, міміка та жестикуляція виразні. Виявляється претензія на лідерство, без достатнього вміння утримати першість.

13. У дітей лабільного типу поганий сон, вони бояться всього нового. З незначного приводу в них швидко змінюється настрій. Такі діти бояться нововведень. Чуйність і увага оточення приносить їм радість, підвищує настрій і працездатність, поліпшує самопочуття.

**Практичний психолог Ірина Іванівна Телешман В.І.**

### **Рекомендації щодо забезпечення емоційної рівноваги дітей.**

1. Ставте перед дитиною вимоги, адекватні її віковим та індивідуальній особливостям.
2. Уникайте прямих докорів, аргументуйте зауваження, застосовуйте їх у тактовній формі.
3. Скеруйте діяльність дитини на досягнення успіху в певній сфері, діяльності (малювання, гра, допомога в підготовці до занять тощо).
4. Менше лайте, хваліть дитину, не порівнюйте її з іншими, а тільки з нею самою, оцінюючи поліпшення її особистих результатів (сьогодні намалював краще ніж учора; швидше зібрав іграшки тощо).

5. Забезпечте оцінний режим у тій діяльності, у якій успіхи дитини невеликі. Якщо з'являється хоча б найменший успіх, його обов'язково потрібно відзначити.

6. Формування компетентності дитини у грі, навчання того, у що і як грати, врахування симпатій і антипатій під час вибору ігрового партнера, врахування соціальних ролей для використання під час визначення ролей у грі.

7. Приділяйте увагу атмосфері, у якій формується особистість дитини. Теплі емоційні взаємини, довірчий контакт із дорослими сприяє емоційній рівновазі дітей.

**Практичний психолог □ □ □ Телешман В.І.**

nbsp;