

## «МИР ВНУТРИ ТЕБЯ»

### СНИЖЕНИЕ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Программа рассчитана на детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет)

Форма занятий – групповая, по запросу возможны индивидуальные занятия

Ритм современной жизни, вечно занятые родители, трансформация образовательных программ и требований в ДООУ, видоизменение социального статуса ребенка (предстоящее поступление в школу), изменение социального окружения и многое другое — вот те проблемы, с которыми приходится сталкиваться современному ребенку. Дети более чувствительны, чем взрослые, и, как следствие, они оказываются более незащищенными, чаще начинают испытывать тревогу, беспокойство.

**Высокая тревожность оказывает отрицательное, дезорганизующее влияние на результаты любой деятельности дошкольников. Тревожные дети очень чувствительны к своим неудачам, остро реагируют на них.**

**Тревожный ребенок** постоянно находится в подавленном настроении, у него затруднены контакты с окружающим миром. Мир воспринимается как враждебный. Закрепляясь в процессе становления характера, эта черта приводит к **формированию заниженной самооценки.**

#### **Вашему ребенку необходимо:**

- снижение уровня тревожности, повышение самооценки;
- овладение методами мышечного расслабления;
- овладение навыками самоконтроля, уверенного поведения в тревожащей ситуации;
- улучшение отношений со сверстниками, педагогами, родителями;

Это можно получить за счет - психокоррекционных игр и упражнений, направленных на преодоление тревожности;

Одним из методов коррекции эмоционально-личностных нарушений (в том числе и тревожности) детей является анималотерапия – процесс целенаправленного использования животных и их символов по специально разработанной программе.

**Приводите своего ребенка на наши занятия, мы обязательно поможем ему справиться с данной проблемой!**

