**Как выявить тревожного ребенка**.  
  
  
Опытный воспитатель или учитель, конечно, в первые же дни знакомства с детьми поймет, кто из них обладает повышенной тревожностью. Однако прежде чем делать окончательные выводы, необходимо понаблюдать за ребенком, вызывающим опасения, в разные дни недели, во время обучения и свободной деятельности (на перемене, на улице), в общении с другими детьми.  
  
Чтобы понять ребенка, узнать, чего же он боится, можно попросить родителей, воспитателей (или учителей-предметников) заполнить бланк опросника. Ответы взрослых прояснят ситуацию, помогут проследить семейную историю. А наблюдения за поведением ребенка подтвердят или опровергнут ваше предположение.  
  
П. Бейкер и М. Алворд советуют присмотреться, характерны ли для поведения ребенка следующие признаки.  
  
Критерии определения тревожности у ребенка.  
  
1. Постоянное беспокойство.  
2. Трудность, иногда невозможность сконцентрироваться на чем-либо.  
3. Мышечное напряжение (например, в области лица, шеи).  
4. Раздражительность.  
5. Нарушения сна.  
  
Можно предположить, что ребенок тревожен, если хотя бы один из критериев, перечисленных выше, постоянно проявляется в его поведении.