



Содержание

Предисловие	3
ТРЕВОЖНОСТЬ, ТРЕВОГА И СТРАХ	5
ПРИЧИНЫ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ	15
Возрастные особенности младших школьников	17
Оценки и отметки	23
Отношение взрослых к ребенку	27
Индивидуальные особенности детей	38
Качества личности и самооценка	45
Внешние источники тревожности	51
Как проявляется тревожность?	61
ЧЕГО БОЯТСЯ ДЕТИ	59
КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ СПРАВИТЬСЯ С ТРЕВОГОЙ	75
ДЕСЯТЬ СОВЕТОВ РОДИТЕЛЯМ	93
Заключение	95