

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 29 г. Гулькевичи
муниципального образования Гулькевичский район

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Застенчивые дети»

(средне-старшая группа)



2019г.

Застенчивость – это и состояние психики, и черта характера, и соответствующее поведение. Застенчивый ребенок еще более стеснителен, чем взрослый застенчивый человек, так как помимо **неуверенности в себе** (наблюдающейся у всех застенчивых людей), у него еще недостает необходимых **социальных навыков**.

Плюсы и минусы застенчивости

Застенчивый ребенок робок, боязлив, скован и неловок при общении и взаимодействии с другими людьми, он нерешительно, медленно и напряженно выполняет любые социальные действия.

Родители совершают немало ошибок по отношению к застенчивым деткам, но эти ошибки не только в поведении и словах, обращенных к малышу, а еще и в неверном отношении к его застенчивости. Застенчивость нельзя рассматривать в отрыве от остальных черт формирующегося характера и, конечно же, врожденного темперамента ребенка.



Нельзя говорить о том, что застенчивость – однозначно негативная черта. Она часто бывает признаком того, что у ребенка тонкая организация души, что он растет аккуратным, покладистым, чувствительным, рассудительным, вдумчивым и просто порядочным человеком.

Застенчивость – это не только боязливость и неуверенность в себе, это еще и скромность и сдержанность. Еще одна положительная черта, присущая большинству застенчивых детей – прекрасно развитое воображение, творческое мышление, фантазия.

Именно детки, которые не любят шумных компаний и стесняются их, никогда не скучают в одиночестве. Им интересно в своем мире, а так как их внутренний мир уже богат, они нередко бывают очень **талантливыми**. Из застенчивых детей вырастают талантливые деятели науки и искусства.

Но есть у застенчивости один **большой минус**, который способен перечеркнуть все плюсы. Застенчивый ребенок оказывается в изоляции, боясь проявить себя, он часто бездействует, остается безынициативным и пассивным, упускает возможности развития.

Тот же талант, который есть у чувствительного малыша, может так и не развиваться, никем не замеченный и не оцененный только потому, что ребенок постеснялся его проявить на публике.

Ошибки родителей

Чтобы застенчивый малыш не превратился в стеснительного взрослого с множеством комплексов и низкой самооценкой, его родители должны предпринять ряд мер, прежде всего, по отношению к самим себе.



Частые ошибки родителей, приводящие к возникновению застенчивости у ребенка:

- чрезмерная строгость, принципиальность и требовательность (особенно со стороны матери),
- гиперопека, чрезмерная забота о ребенке,
- условная любовь (грубо говоря, если ребенок хорошо себя ведет, ему говорят что он любимый, ему уделяют внимание, заботятся, если плохо – ничего этого нет),
- завышенные требования и ожидания по отношению к ребенку,
- постоянные сравнения с другими детьми не в лучшую сторону,
- ранняя и болезненная разлука с матерью (возможная психотравма).

Сначала малыш просто научается стесняться, а потом, со временем, становится застенчивым. Навык превращается в привычку, привычка – в черту характера.

Часто бывает, что когда у малыша уже развилась застенчивость, родители продолжают совершать все те же ошибки, лишь усугубляя положение.

Категорически нельзя:

- давить на застенчивого ребенка, проявлять нетерпение, заставлять его делать то, что он не желает – «Ну! Давай! Ну, что ты! Смелее!»,
- ругать и стыдить его за боязливость и нерешительность – «И что мне с тобой делать? Все дети как дети, а ты трус!»,
- высмеивать малыша – «Посмотрите на него! Он опять стоит в сторонке и боится подойти к другим детям!»,
- пытаться рационализировать – «Здесь нет ничего страшного! Чего тут бояться?!»

Нежные и ранимые малыши не выдерживают всего этого. Они еще больше замыкаются в себе, становятся еще стеснительнее!

Рекомендации родителям

Застенчивые детки привыкли думать и размышлять. А для этих действий нужно время! Отсюда **первый совет** родителям застенчивых малышей: дать ребенку время и возможность самому освоиться в обстановке, заставляющей его чувствовать себя неуверенно.

Нужно быть терпеливее! Лучше всего просто находиться рядом с малышом, показывая, что здесь безопасно, не подгоняя его и не критикуя.



Если, к примеру, другие дети играют в новую для малыша игру (у него отсутствует этот социальный навык), ребенок боится к ним присоединиться. Не нужно его толкать: «Иди! Играй!». Пусть малыш сначала понаблюдает, поймет правила игры и вскоре он сам, спокойно, без страха присоединиться к детям.

Секрет этого способа таится в постепенном осознании ребенком того, что у него есть выбор и он может его осуществить не только свободно, но и самостоятельно. Развитие самостоятельности влечет повышение уверенности ребенка в себе, которой ему как раз и недостает.

Второй совет – набирать позитивный опыт общения, приобретать те самые недостающие социальные навыки. Иными словами, нужно учить ребенка общаться и взаимодействовать с другими людьми.

Ребенок учится общаться, подражая, он социализируется и постепенно адаптируется к детскому коллективу, только если находится в нем.

Чтобы у застенчивого малыша навыки общения и социального взаимодействия формировались в позитивном ключе, родители должны создавать своими руками позитивную среду для общения. Следует почаще приглашать в гости других деток, бывать на детских мероприятиях, тщательно выбирать группу детского сада/класс.

Застенчивые дети боятся всего нового и новых коллективов в особенности, поэтому вводить ребенка в них нужно постепенно. Первое время не нужно оставлять ребенка одного среди других деток, но и затягивать с пребыванием рядом тоже не стоит.

Когда малыш освоится в компании, это будет заметно. Что и послужит сигналом что робость (по крайней мере, в этой ситуации, в данный момент) ребенку удалось преодолеть.

Развивать творческие способности ребенка – **третий и основной совет**. Это совет «три в одном».



Развивая творческие

способности ребенка, можно:

- воспитать в нем настоящий талант, тем самым открыв перед ним дорогу к возможной будущей профессии;
- открыть для него наилучший способ выразить сложные, глубокие, волнующие его чувства и переживания (по сути, любое творчество всегда в некоторой степени и арт-терапия и способ донести свои мысли, чувства, воспоминания другим людям);
- помочь утвердиться в среде сверстников за счет повышения самооценки, которая в свою очередь поддерживается успехами в творчестве.

Также:

- не называть самим и не позволять другим людям называть ребенка застенчивым;
- хвалить малыша за любые, даже незначительные проявления смелости, уверенности в себе и решительности;
- мотивировать ребенка играть в шумные игры, бегать, прыгать, кричать, петь, то есть открыто выражать яркие эмоции (которых он стесняется);
- при беседе с малышом с улыбкой смотреть ему в глаза и учить его устанавливать зрительный контакт с другими людьми;
- рассказать о том, что такое общение и почему оно полезно;
- играть в игры про общение, инсценировать процесс дружеского общения, ставить сценки из сказок;
- делиться с малышом собственным опытом преодоления застенчивости или успешным опытом других людей (но без иронии и излишней требовательности: «Я смог, а ты что? Не сможешь?»);
- учить малыша реагировать на агрессивных собеседников, рассказывать и показывать каким образом можно постоять за себя, если другой ребенок обижает;
- учить малыша способам нравиться другим людям без слов (например, делиться своими конфетами и игрушками) и располагать собеседника словесно (говорить комплименты, подсказывать и так далее).

Игра для преодоления застенчивости "Различная походка"

Упражнение предложено В.Леви



Предложите стеснительному мальчику или девочке походить как:

- малыш, который недавно встал на ножки и делает свои первые шаги,
- глубокий старик,
- пьяный,
- лев,
- горилла,
- артист на сцене,
- гордый павлин.



Можно предлагать малышу любую роль! Он и сам может придумать и показать кого хочет!

В какой роли малышу комфортнее всего?
Как он обычно себя чувствует?
Как ему бы хотелось себя чувствовать?



Когда ребенок начнет стесняться, оказавшись в очередной некомфортной ситуации, можно тихонько шепнуть ему на ушко: "Гордый павлин". Это будет условный знак для него, означающий: "Я с тобой! Будь смелее! Ты умеешь!"