

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Застенчивый ребенок. Что делать?»

Как внешне проявляется застенчивость:

- 1.** Избирательность в контактах: с близкими, хорошо знакомыми людьми ведет себя раскованно, с новыми, посторонними испытывает эмоциональный дискомфорт, неуверенность, напряжение
- 2.** Страх перед публичными выступлениями.
- 3.** Отказ от деятельности, которая не одобряется взрослыми.
- 4.** Отказ от главных ролей, которые требуют активности.

САМОЕ ГЛАВНОЕ в этом вопросе - САМООЦЕНКА.

Застенчивый ребенок имеет высокую самооценку, но при этом **СОМНЕВАЕТСЯ В ПОЛОЖИТЕЛЬНОМ ОТНОШЕНИИ К СЕБЕ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ**, особенно незнакомых. Ребенок боится отрицательной оценки своей деятельности, поэтому просто отказывается ее совершать.

Застенчивый ребенок сосредоточен на себе, на своих переживаниях, его волнует вопрос: как ко мне относятся другие? Другие дети для такого ребенка – лишь зеркала его внутреннего «я», они ему не интересны.

Почему ребенок застенчив? Причины.

- 1.** Слабая нервная система. Это то, что дается от рождения.
- 2.** Авторитарный стиль воспитания в семье.
- 3.** Ограниченность контактов семьи: мама с папой и сами не особо открытые люди, любят посидеть в тесном семейном кругу,

не обзаваются новыми знакомыми, редко куда-либо ездят с целью контактов.

4. Настороженное отношение взрослых к миру: постоянное ограничение ребенка, предостережение, все вокруг враждебно, все люди плохие и опасные.

Рекомендации. Как будем исправлять ситуацию.

1. Развиваем интерес к другим людям (взрослым и детям)

Обращаем внимание ребенка на других, сдвигаем его со своего Я

Пример: Как рано встала воспитательница, ей буде приятно, если ты с ней поздороваешься...

2. Учим заботиться о других

Пример: посмотри, как ушибся малыш, давай подойдем пожалеем. Делаем это ПОСТЕПЕННО, сначала вместе с ребенком. Пример: Мы с Мишей хотим тебе помочь.

3. Взрослому самому быть доброжелательным в общении с другими людьми, отмечать в присутствии ребенка достоинства других людей

4. Говорить ребенку о хорошем отношении к нему других людей (воспитателя, сверстников, друзей).

Пример: Алла Ивановна к тебе очень хорошо относится. Делать это настойчиво и постоянно.

5. Не называть ребенка застенчивым! Подчеркивайте его достоинства, веру в собственные силы.

6. Помогите ребенку наладить контакт с 1-2 детьми, пригласив в гости, организовав совместную деятельность. На территории ребенка нужно помочь наладить контакт и оставить.

7. Говорите с ребенком, как прошел день, спрашивайте об воспитателе, о занятиях, хвалите за проявление смелости. Всегда начинайте разговор с вопросов **О ДРУГИХ ДЕТЯХ**.

8. Готовьте ребенка заранее к новым ситуациям. Расскажите, что будет происходить, как будет интересно, какие там люди замечательные будут. Подскажите, как можно начать разговор, Порепетируйте.

ЧЕГО делать НЕЛЬЗЯ:

1. Критиковать робость.
2. Заставлять выступать перед публикой (может возникнуть неврозоподобное заикание). Пускай читает стихотворение не в центре перед всеми, а стоя рядом с мамой.
3. Добиваться послушания запугиванием.
4. Ставить в пример ребенку незастенчивых ребят.

Педагог-психолог Горюнова Ж.В.

