

Эффективность помощи застенчивому ребенку определяется знанием психологических особенностей застенчивых детей, правильным выявлением причин возникновения застенчивости.

Застенчивые дети очень болезненно реагируют на какие-либо изменения в их жизни, испытывают страх перед чужими людьми и новой обстановкой. Их не видно в группах или классах, они послушны и выполняют просьбу знакомого взрослого. Такие дети часто ведомы более активными сверстниками, подвержены их влиянию. Многие взрослые считают их хорошо воспитанными и послушными, в то время как внутренне такие дети очень скованы и испытывают дискомфорт в общении с окружающими людьми. Чаще всего родители обращаются за помощью лишь тогда, когда застенчивость начинает мешать им и самому ребенку: *он боится всего, что ему незнакомо, отказывается от общения со сверстниками, постоянно краснеет, когда к нему обращаются.* Проблема состоит в том, что **страх нового, боязнь обратить на себя внимание**

блокирует развитие и эмоциональной, и личностной сфер личности ребенка. У таких детей скудная игровая деятельность, так как для них неразрешима даже самая простая житейская задача – подойти к другому, попросить игрушку, договориться о совместной игре.

Несмотря на внешнюю бесчувственность, застенчивые дети испытывают такую же бурю эмоций, как и другие дети. Но они не могут их проявить, отреагировать внешне. Это способствует тому, что застенчивые дети «кипят» внутри и часто обращают эту негативную энергию на самих себя, что стимулирует развитие аутоагрессивных и невротических проявлений (тики, пощипывания, навязчивые движения и т.д.)

Застенчивость опасна тем, что в старшем возрасте она препятствует налаживанию контактов, достижению успехов в личностной и профессиональной сфере. Застенчивость часто встречается у единственных в семье детей, у которых по той или иной причине был ограничен круг общения.

Работа с застенчивыми детьми ведется в нескольких направлениях:

- развитие позитивного самовосприятия;
- повышение уверенности в себе и своих силах;
- развитие доверия к окружающим;
- снятие психоэмоционального и телесного напряжения;
- развитие умения выражать свои эмоции;
- развитие навыков групповой работы;
- формирование навыков самоконтроля.

Основные трудности с застенчивыми детьми заключаются в налаживании с ними контакта, развитии доверительных отношений. В этом случае не нужно спешить, необходимо, чтобы ребенок привык к взрослому.

Создание ситуации успеха будет способствовать развитию уверенности в себе. Необходимо обязательно отмечать малейшие его успехи, говоря об этом вслух. Поручение или свою просьбу можно мотивировать тем, что без помощи ребенка взрослому не справиться.

Просьба, обращенная к застенчивому ребенку, должна быть высказана спокойным, мягким голосом, содержать обращение по имени и сопровождаться ласковым прикосновением. В общении необходимо исключить громкие, резкие интонации, обращения в виде приказов. **Главное – тактичность и терпение.**

Для развития уверенности ребенка в своих силах, позитивного самовосприятия необходимо учитывать, что застенчивые дети гораздо легче вступают в контакт с младшими детьми, чем со сверстниками или взрослыми
Родители застенчивого ребенка помните:

- общение с ребенком должно быть спокойным и доброжелательным;
- критику и негативные оценки поведения ребенка необходимо свести до минимума;
- главный «козырь» в общении – терпение и тактичность;
- необходимо развивать в ребенке инициативность и самостоятельность;
- в быту стимулировать ребенка к разностороннему общению: обратиться к кому-то с просьбой,

отдать что-либо (деньги – продавцу, письмо – почтальону и т.д.).

Важно выработать единую стратегию родителей и специалиста в общении с застенчивым ребенком, используя при этом навыки конструктивного общения. И тогда результаты не заставят себя долго ждать.

МАДОУ
детский сад №10

Как помочь застенчивому ребенку?

буклет для родителей

