

МБДОУ «Детский сад «Островок»
«Застенчивый ребенок»
Консультация для родителей

Подготовил старший воспитатель: Черкасова О.В.



У детей определенный возраст связан с развитием застенчивости. Эта застенчивость недолговременна, она не является устойчивой чертой характера и со временем исчезает. Но бывает у детей застенчивость, которая уже не является свойством возраста и формируется под влиянием различных факторов.

Важно отличать застенчивого ребенка от ребенка, который просто любит уединение и вполне самодостаточен, его не тяготит одиночество, он не будет скучать, если остался дома один, а займется чем-нибудь интересным.

Страдают от застенчивости в основном эмоционально чувствительные, впечатлительные дети, которые принимают все близко к сердцу. У них повышенное чувство долга, им трудно обманывать и хитрить, а также трудно подстраиваться под ситуацию. Застенчивые дети очень робкие, остро ощущают свои недостатки, особенно мнимые, кажущиеся, а свои положительные качества, наоборот, не замечают и не ценят. Они боятся, что будут смешно выглядеть в глазах других детей, скажут что-то глупое, некрасиво одеты и т.д. Они очень чувствительны к любой критике. Из-за навязчивых опасений у них теряется естественность поведения, появляется скованность, меняется интонация голоса, мимика. Застенчивые дети часто избегают контакта с другими детьми, потому что считают себя хуже их. Они часто колеблются в принятии решения, не проявляют инициативы, не могут защитить себя. Из-за этого их часто не замечают вообще, поэтому застенчивость часто сопровождается нереализованными возможностями. Застенчивому ребенку трудно совершить элементарные действия, например, подойти к доброжелательно настроенному взрослому. В этот момент ребенок испытывает сильное внутреннее напряжение. Оно проявляется в нервных движениях, состояниях эмоционального дискомфорта, боязни обращения к другим людям. Иногда ребенок может вообще не откликаться на обращения или отвечает односложно, очень тихо, вплоть до шепота.

Характерной особенностью общения застенчивого ребенка является цикличность, прерывистость: затруднения могут временно прерываться, когда ребенок чувствует себя раскованно, свободно, и вновь возникают при каких-либо затруднениях.

Особенно четко застенчивость проявляется на пятом году жизни. Это связано с тем, что в этом возрасте формируется потребность в уважительном отношении к ребенку со стороны взрослого.

Ярче всего застенчивость проявляется в новых видах деятельности. Ребенок чувствует себя неуверенно, боится проявить свою неумелость, сказать об этом, попросить помощи.

Как помочь застенчивому ребенку?

Прежде всего, родителям следует обратить внимание на свое собственное поведение. Не надо лишний раз демонстрировать свое собственное беспокойство и мнительность. Ребенок довольно быстро учится перенимать такое поведение, которое в дальнейшем может стать навязчивым. Обратите внимание на то, как и что вы говорите ребенку об окружающих людях. Может быть, в ваших высказываниях то и дело проскальзывает излишняя категоричность и критичность? Слушая, как родители рассуждают о других людях и акцентируют свое внимание на чужих недостатках, ребенок в свою очередь делает вывод, что и окружающие так же говорят о нем и разглядывают будто под микроскопом, подмечая каждое слово, движение, оценивая любой поступок. Поэтому постарайтесь в присутствии ребенка вообще не обсуждать других людей.

Не стоит поручать ребенку делать то, что он не в состоянии выполнить. Часто именно невыполнимые требования к ребенку заставляют его постоянно бояться того, что он не справится с ситуацией и заработает наказание. Это ведет к тому, что ребенок постоянно чувствует неуверенность в своих силах и сам перестает оценивать себя адекватно.

Не называйте ребенка застенчивым, так как это может отразиться на его поведении. Лучше подчеркивайте сильные стороны его характера, чаще хвалите ребенка, говорите о его положительных качествах, день за днем укрепляйте в нем уверенность, а застенчивость определяйте, как осторожность, осмотрительность, обдуманность. Вместе с ребенком вспомните, какими способностями он обладает в реальности. У него много достоинств, значит, ему есть чем гордиться.

У застенчивых детей сформирован запрет на поступки и действия, порицаемые взрослыми. Это может тормозить самостоятельность и творческие способности. Найдите способ предотвращения шалостей. И не проявляйте излишнюю

принципиальность и непримиримость в оценках и суждениях. Помните: частые ограничения являются одной из причин детских неврозов.

Учите ребенка свободно проявлять свои эмоции, чувства и желания. Для этого необходимо проводить специально организованные игры: жмурки, прятки, догонялки, игры-забавы, игры-пантомимы.

Прямое воздействие и внушение обычно действуют на застенчивого ребенка противоположным образом. Гораздо более действенным образом влияют игры-фантазии, в которых различные персонажи наделяются чертами самого ребенка, в ситуациях, близких тем, которые волнуют его, вызывают тревогу и страх. Можно также сочинить рассказ, сказку о девочке или мальчике, или зайчике, или мишке.

Разнообразьте жизнь вашего ребенка: ходите в походы, на экскурсии, желательнее туда, где ему нравится. Пусть участвует в детских спектаклях и т. п. Следует учитывать одно важное условие: общение непременно должно быть добровольным. Не настаивайте на присоединении застенчивого ребенка к компании сверстников против его желания. Находясь в большом обществе, будьте рядом с ребенком, держите его за руку, пока он не почувствует уверенность в себе. Пусть он сам отпустит вашу руку.



Вызывайте ребенка на откровенные беседы. Попробуйте завести разговор о том, с какими проблемами он сталкивается, и ребенок откликнется. Такие беседы не только сблизят вас с ребенком, но и помогут совместными усилиями найти верный путь к решению проблем. Пусть ребенок рассказывает вам каждый день хорошие новости. При этом просто выслушивайте его и не давайте советов. Относитесь серьезно к его проблемам и вместе радуйтесь победам. Поделитесь с ребенком своим опытом. Расскажите ему подобные случаи, происшедшие с вами, и собственные переживания по этому поводу. Эти рассказы помогут ему чувствовать себя увереннее в аналогичных ситуациях.

Заручитесь поддержкой педагога. Он поможет включить вашего ребенка в коллективную жизнь группы. Участие в конкурсах, соревнованиях и т. п. поможет вашему малышу стать общительным и приобрести друзей.