ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА

Управление образования Администрации Ленинского района

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное**

**учреждение - детский сад № 419**

**(МБДОУ – детский сад № 419)**

ул. Фурманова, 21 г. Екатеринбург, Свердловская обл., 620142, ОГРН 1069671010584,

ИНН/КПП 6671184692/667101001, тел:+7(343) 257-12-35, e-mail: detsad419@mail.ru, [www.419.tvoysadik.ru](http://www.419.tvoysadik.ru)

**Застенчивый ребенок**

Подготовила

Педагог-психолог

Гурьева Е.А.

**Застенчивый ребёнок**

**Рекомендации родителям**

Всем приходилось иметь дело с детьми, которые в силу своих личностных особенностей, таких как нерешительность, робость, испытывают сложности при общении со сверстниками и взрослыми. Застенчивость - сложное состояние, и оно может оказывать самые разнообразные воздействия - от ощущения лёгкого дискомфорта до необъяснимого страха перед людьми и тяжёлых неврозов.

Застенчивость свойственна многим детям и взрослым. Наверное, её можно назвать наиболее распространённой причиной, осложняющей общение.

Застенчивый ребёнок боится всего, что ему незнакомо, отказывается от общения со сверстниками, постоянно смущается или краснеет, когда к нему обращаются. Он не отвечает, даже если знает ответ на вопрос, ничего не может делать в присутствии посторонних, старается найти укромный уголок, начинает сильно заикаться или безостановочно болтать и нести чепуху. Проблема состоит в том, что страх нового, боязнь обратить на себя внимание блокируют развитие эмоциональной и интеллектуальной сфер личности ребёнка. У таких детей скудная игровая деятельность, так как для них неразрешима даже простая житейская задача - подойти к другому, попросить игрушку, договориться о совместной игре.

С течением времени у застенчивого ребёнка уже складывается определённый стиль поведения, он начинает замечать имеющийся “ недостаток”. Осознание своей застенчивости не только не помогает, а, наоборот, мешает её преодолеть. Фиксация внимания на особенностях своего характера и поведения вызывает ещё большую скованность, усиливает неуверенность и страх перед общением.

Последствия застенчивости могут быть удручающими:

- отказ от встреч с новыми людьми, ограничение круга друзей и знакомых;

- невозможность выразить своё мнение и отстоять свои права;

- боязнь людей, особенно тех, от которых исходит, по мнению ребёнка (или взрослого), какая -то эмоциональная угроза;

- в более старшем возрасте застенчивость препятствует достижению успехов в личной и профессиональной сфере.

Помочь ребёнку преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться - задача родителей и педагогов. Она вполне разрешима, если начать заниматься своевременно.

 **Как помочь застенчивым, нерешительным детям?**

В первую очередь надо выработать определённый стиль поведения с ними. Это касается родителей и всех взрослых, которые окружают ребёнка.

Необходимо:

1. Развивать у ребёнка инициативу и самостоятельность.

2. Свести до минимума критику и негативные оценки поведения ребёнка, а в отношении его личности такие оценки вообще недопустимы.

3. Постоянно подкреплять в ребёнке уверенность в себе, создавая ситуацию успеха. Застенчивые дети гораздо легче вступают в контакт с младшими детьми, чем со сверстниками или взрослыми. Этот момент можно использовать для развития уверенности ребёнка и для развития позитивного самовосприятия.

4. Привлекать ребёнка к выполнению различных поручений, связанных с общением: обратиться к кому - то с просьбой, отдать что - либо (деньги продавцу и т.д.). На первых этапах присутствие и участие знакомого взрослого обязательно.

5. Расширять круг знакомств, чаще приглашать к себе домой друзей, брать ребёнка в гости к знакомым людям, разнообразить маршруты прогулок - предоставлять ребёнку определённую меру свободы и открытых действий, сдерживая своё беспокойство и желание всё сделать за него.

6. Общаться с застенчивыми детьми нужно осторожно и деликатно, так как их реакция на вмешательство взрослого может быть совершенно неожиданной. Фон общения с ребёнком должен быть спокойным и доброжелательным. Главный козырь взрослых - это терпение и тактичность. Просьба, обращенная к застенчивому ребёнку, должна содержать конкретные задания. Важно, чтобы она была высказана спокойным, мягким голосом, содержала обращение по имени и сопровождалась ласковым прикосновением.

7. Для расширения поведенческого репертуара застенчивого ребёнка можно привлечь ассистента из сверстников, который характеризуется высокой коммуникабельностью и доброжелательностью и сумеет вовлечь застенчивого ребёнка в игру, в совместную деятельность. Но его тоже необходимо подготовить: провести беседу, проиграть типичные ситуации.