

Консультация для родителей на тему «Застенчивый ребенок»

Многие родители сталкиваются с застенчивостью своих детей чаще всего в ситуациях, когда ходят с ребенком в гости или к ним в дом приходят гости. Ребенок робеет, прижимается к маме, не отвечает на вопросы взрослых. Иногда дети стесняются подойти к группе играющих сверстников, не решаются включиться в их игру.

Возникшая в раннем детстве застенчивость обычно сохраняется на протяжении всего дошкольного возраста. Но особенно отчетливо она проявляется на пятом году жизни. Это связано с тем, что в этом возрасте у детей формируется потребность в уважительном отношении к ним со стороны взрослого. Ребенок остро реагирует на замечания, обижается на шутку, иронию в свой адрес, в этот период ему особенно нужны похвала и одобрение взрослого. Взрослым необходимо вести себя особенно внимательно и деликатно по отношению к застенчивому ребенку.

Как правило, застенчивость ярче всего проявляется в тех видах деятельности, которые являются новыми для ребенка. Он чувствует себя неуверенно, стесняется проявить свою неумелость, боится признаться в этом, просить помощи.

Можно ли помочь ребенку справиться с застенчивостью и как это сделать?

Пожалуй, самое главное – это поднять самооценку ребенка в той части, которая связана с его восприятием отношения к себе других людей. Проанализируйте свое отношение к ребенку. Безусловно, вы любите его. Но всегда ли вы выражаете эту любовь в реальном поведении? Может быть, ему не хватает выражения вашей любви, похвалы и поддержки? Ведь мы так часто обращаем внимание на своих детей лишь тогда, когда они что-то делают плохо, и не замечаем их достижений, хороших поступков. Застенчивые дети доставляют родителям меньше хлопот, чем озорные и непослушные. Поэтому и внимания им уделяется меньше, в то время как именно таким детям оно требуется в большей мере. Взрослый должен воспитывать в себе умение быть внимательным к ребенку не только в случае, когда тот обращается за помощью или поддержкой, но и тогда, когда она, на первый взгляд, ему и не нужна.

Следующая задача – помочь ребенку повысить самооценку в конкретных видах деятельности, поддержать его уверенность в себе. Делая что-то вместе с ребенком, выразите убежденность в том, что он справится с задачей, а если нет, то это не беда, и вы всегда поможете ему и вместе преодолете трудности. Если вы видите, что ребенок слишком сосредоточен на оценке и это тормозит его действия, отвлеките его от оценочной стороны деятельности. Здесь вам помогут игровые приемы и юмор. Обыграйте ситуацию, внесите в нее элемент воображения.

Поговорите с ребенком от имени придуманного вместе персонажа, разыграйте смешную сценку. Это разрядит напряженность, отвлечет малыша от самого себя, придаст ему смелости.

У застенчивых детей в большей мере сформирован внутренний запрет на поступки и действия, порицаемые взрослыми, и это может тормозить их инициативность и творческие проявления. Задумайтесь, не слишком ли часто вы ограничиваете свободу ребенка, его непосредственность и любознательность. Далеко не всегда ограничения приносят пользу для развития. Напротив, чрезмерные ограничения часто оказываются причиной детских неврозов.

Не менее важно помочь ребенку научиться свободно и раскрепощенно выражать свои эмоции, желания, чувства. Снять внутреннее напряжение, почувствовать себя свободно помогут специально организованные игры. Подвижные игры со взрослыми помогут ребенку не только выразить свои эмоции, но и установить непосредственные отношения с вами на основе равенства, сопереживания. А игры-соревнования в мяч, кегли, стрельбу из лука с присосками, в преодоление препятствий и прочие забавы, которые сопровождаются громкими возгласами, шутивными угрозами партнеров, смехом, также помогут ребенку снять торможение, почувствовать себя увереннее, получить удовольствие от победы, похвалу и признание себя как личности.

Часто родители застенчивых детей стараются объяснить им, что бояться людей не надо, уговаривают их выступить перед гостями, прочитать стишок или спеть песенку. Такое прямое воздействие малоэффективно. Гораздо более действенным приемом борьбы со стеснительностью являются игры-фантазии, в которых различные персонажи наделяются чертами самого ребенка, а ситуации близки к тем, которые особенно волнуют его, вызывают тревогу или страх. Такие игры помогают малышу в безопасной для него атмосфере игры как бы со стороны посмотреть на свои трудности, понять, что они бывают и у других детей, приобрести опыт их разрешения. И этот опыт, приобретенный в игре, поможет им лучше справляться с реальными жизненными ситуациями.