

Застенчивость - черта характера, проявляющаяся в смущении, тревожности, нерешительности, затруднениях в общении, вызванных мыслями о своей неполноценности и отрицательном отношении к себе собеседников.

Застенчивость может проявляться у ребенка с самого раннего возраста. Дети стараются быть незаметными, не брать на себя инициативу, и самое главное - не чувствуют себя полноценными людьми из-за всевозможных комплексов. Внешне застенчивость проявляется в основном в общении.



В процессе обучения стеснительность ребенка может послужить преградой для качественного усвоения материала (так как высокое эмоциональное напряжение блокирует различные мыслительные процессы и негативно влияет на память) и нанести ущерб его психоэмоциональному состоянию, потому что ребенок испытывает стресс в процессе публичного ответа на вопрос педагога, при выступлении и т.д.

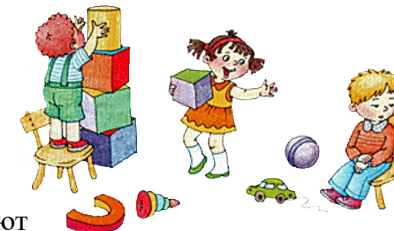
Проявления застенчивости очень разнообразны: от физиологических симптомов до внутренних конфликтов и нарушений мыслительных процессов. Поведение застенчивого человека лишает его самого главного и необходимого в жизни - это социального и межличностного общения. А это ведет к замкнутости и одиночеству, одновременно повышая самоконтроль и склонность к самоанализу.

Наблюдения показывают, что возникающая в раннем детстве застенчивость особенно отчетливо проявляется на пятом году жизни. Именно в этом возрасте у детей формируется потребность в уважительном отношении к ним со стороны взрослого.

Жалобы на застенчивость, стеснительность детей дошкольного возраста возникают ещё в связи с подготовкой их к школе, то есть приблизительно в 6 лет. Низкий уровень развития общения, замкнутость, затруднения в контактах с другими людьми - мешают ребёнку включиться в коллективную деятельность. Ребёнок остро реагирует на замечания, обижается на шутку, иронию в свой адрес, в этот период ему особенно нужны похвала и одобрение взрослого.

Ярче всего застенчивость проявляется в тех видах деятельности, которые являются новыми для ребёнка. Он чувствует себя неуверенно, стесняется проявить свою неумелость, боится признаться в этом, попросить помощи. Он не может задать педагогу вопрос, даже самый необходимый.

Для застенчивого ребёнка характерно стремление оградить пространство своей личности от постороннего вмешательства. Между тем они довольно часто обладают большими способностями, легко осваивают компьютерную технику, любят читать, рисовать, но одаренность и даже выраженные таланты блокированы комплексом неуверенности в себе. И как следствие - проигрывают менее способным, но более шустрому сверстникам.



Как родители могут помочь своему застенчивому ребёнку?

Начните с себя. Считаете ли вы себя застенчивым? Называли вас застенчивым в детстве? Проведите анализ своих родительских ожиданий. Проверьте:

- Заставляли вы ребенка исполнять что-либо публично?
- Не слишком ли вы беспокоились, что ребенок не выполнит какое-то задание?
- Имеете ли вы обыкновение делать что-нибудь за своего ребенка?
- Говорите ли вы обычно от имени своего ребенка и улаживаете ли за него конфликты?
- Отговариваете ребенка испытывать что-то новое?
- Заставляете ребенка делать вещи, которые могут быть важными для вас, но не для него?
- Сравниваете поступки и личность ребенка с другими людьми?

Не позволяйте никогда и никому называть ребенка застенчивым. Лучше при разговоре с другими людьми подчеркивайте сильные стороны вашего ребенка. Одна из причин застенчивости детей в том, что их называют застенчивыми.

Поощряйте контакт взглядом. При разговоре с ребенком просите его смотреть вам в глаза.

Научите ребенка начинать и заканчивать разговор. Составьте с ребенком несколько фраз, которые помогли бы ему начинать разговор с разными людьми.

В ситуации явного отказа от общего разговора или игры **не стыдите ребенка и не принуждайте.** Попробуйте просто описать его чувства в данный момент: «Похоже, тебе сейчас не хочется играть». Ребенок почувствует понимание и поддержку с вашей стороны.

Подготавливайте ребенка к предстоящему событию: рассказывайте о предстоящей встрече гостей и подготовке к празднику.

Не допускайте, чтобы ребенок говорил о себе плохо.

Создайте атмосферу доверия в своем доме, стимулируйте ребенка. Чтобы он говорил вам о своих проблемах, выслушайте его, проявите сочувствие.

Оценка родителей чрезвычайно важна для малыша. Повышение самооценки начинается с похвалы.

Изменяйте не ребенка, а его поведение. Обучайте ребенка навыкам общения.

Не воспитывайте детей пассивными и зависимыми от вас. Пусть они выражают несогласие с вами и свое мнение

Научите спокойно относиться к своим ошибкам, на которых учатся все и от которых никто не застрахован.

Помогите вашим детям гармонично сосуществовать с окружающим их миром и при этом оставаться собой!



Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад №9 Приморского района

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

МОЙ РЕБЕНОК ЗАСТЕНЧИВ. КАК ЕМУ ПОМОЧЬ?



Педагог-психолог: Дудко Я.О