

ЗАСТЕНЧИВЫЙ РЕБЕНОК

Что делать, если у вас застенчивый ребенок?

Определите причины:

Чаще всего застенчивость – реакция на эмоцию страха, которая возникла у ребенка в определенный момент при взаимодействии с другими людьми и закрепилась.

Работа по преодолению застенчивости требует осторожности и деликатности, так как застенчивые дети могут отреагировать на вмешательство взрослых совсем не так, как вы ожидаете.

Как себя вести с застенчивым ребенком:

– Расширяйте круг знакомств ребенка, чаще приглашайте к себе друзей, берите малыша в гости, расширяйте маршруты прогулок, учите его спокойно относиться к новым местам.

– Не стоит постоянно беспокоиться за ребенка, стремиться полностью оберегать его от всевозможных опасностей, в основном придуманных вами; не старайтесь сами делать все за ребенка, предупредить любые затруднения, дайте ему определенную меру свободы и открытых действий.

– Постоянно укрепляйте у ребенка уверенность в себе, в собственных силах.

– Привлекайте ребенка к выполнению различных поручений, связанных с общением, создавайте ситуации, в которых бы застенчивому ребенку пришлось вступать в контакт с «чужими» взрослыми.

Помочь ребенку преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться нужно, пока ребенок еще маленький, ведь с возрастом застенчивость может закрепиться, стать стилем поведения, затрудняющим жизнь.

Советуем поиграть:

– «Колдун» заколдовал ребенка так, что он потерял голос. На все вопросы он должен отвечать только жестами и мимикой. Игра направлена на овладение неречевыми средствами общения.

– «Сказка» Предложите ребенку с вашей помощью придумать сказку о человеке, которого зовут так же, как его, опираясь на значение и звучание имени. Например: Марина – морская сказка о девочке, живущей в море. Игра способствует лучшему осознанию себя, развитию умения говорить о себе без стеснения, оценке лучших своих сторон.

– Попросите ребенка рассказать о его сильных сторонах: о том, что он любит, ценит, принимает в себе. Если ребенку трудно, можно говорить по очереди: сначала он, потом вы, затем снова он и т.д.

– «Закончи предложение». Предложите ребенку закончить фразу (Я хочу..... Я умею..... Я смогу..... Я добьюсь.....)

– Совместные настольные и подвижные игры. Хорошо, если участвуют несколько детей.