**Памятки родителям:**

**Памятка родителям застенчивого ребенка.**

* Расширяйте круг знакомств своего ребенка, чаще приглашайте к себе друзей, берите его в гости к знакомым людям, расширяйте маршруты прогулок, учите ребенка 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 сделать 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 застенчивому ребенку приходилось бы вступать в контакт с «чужим» взрослым. Например: «Надо узнать, что это за интересная книга с замечательными картинками. Давай спросим библиотекаря (продавца) и попросим дать нам ее посмотреть». Обычно в такой ситуации «вынужденного» общения, например, на приеме у врача, в библиотеке, в гостях у соседки, ребенок вначале скован настолько, что здоровается только шепотом, отводя глаза, и не отрываясь от руки матери. Зато, уходя, прощается громко и отчетливо, иногда даже улыбается.

**Памятка родителям ребенка с нарушением самооценки.**

* Не оберегайте своего ребенка от повседневных дел, не стремитесь решать за него все проблемы, но и не перегружайте его тем, что ему непосильно. Пусть ребенок выполняет доступные ему задания и получает удовлетворение от сделанного.
* Не перехваливайте ребенка, но и не забывайте поощрять его, когда он этого заслуживает. Помните, что и похвала так же, как и наказание, должна быть соизмерима с поступком.
* Поощряйте в ребенке инициативу. Пусть он будет лидером всех начинаний, но так же покажите, что другие могут быть в чем-то лучше его.
* Не забывайте поощрять и других в присутствии ребенка. Подчеркните достоинства другого и покажите, что ваш ребенок может так же достичь этого.
* Показывайте своим примером адекватность отношения к успехам и неудачам. Оценивайте вслух свои возможности и результаты дела.
* Не сравнивайте ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самим собой (тем, каким он был вчера и возможно, будет завтра).

**Памятка родителям застенчивого ребенка.**

* Избегайте крайностей: нельзя позволять ребенку делать все, что ему заблагорассудится, но нельзя и все запрещать. Четко решите для себя, что можно и что нельзя, и согласуйте это со всеми членами семьи.
* Своим поведением показывайте ребенку пример: сдерживайте эмоции, ведь он подражает вам в своем поведении.
* Уделяйте ребенку достаточно внимания, пусть он никогда не чувствует себя забытым, но в то же время объясните ребенку, что бывают моменты, когда у вас есть другие заботы, надо это понять и принять.
* Помните, что истерические приступы чаще всего связаны со стремлением обратить на себя внимание или вызвать жалость и сочувствие. Не надо потакать ребенку, не надо изменять своих требований. Лучше, когда ребенок успокоится, объяснить ему, почему в поступили так, а не иначе.

Использованная литература: Памятки родителям:

Одарённые дети: Пер. с англ./Общ. Ред. Г.В. Бурменской и В.М. Слуцкого; Предисл. В.М. Слуцкого. – М.: Прогресс, 1991. – 376 с.