**Консультация для родителей на тему «Игра в «жизнь» или как помочь застенчивому ребенку»**

Часто родители переживают, что их ребенок совершенно не может общаться с незнакомыми людьми, боится, стесняется ответить, как его зовут, у него не складываются отношения с другими детьми. Попробуем разобраться в причинах такого поведения ребенка.

Все застенчивые дети очень похожи - глаза в пол, руки тере­бят одежду, плечи сутулые, го­лова опущена, голос тихий, ответы робкие, немногословные. Лучший подарок на день рож­дения, по их мнению, это шапка-невидимка, которая спрячет их от всего мира.

Как правило, застенчивость как таковая встречается очень редко. В большинстве случаев - это просто маска, скрывающая самые разнообразные психоло­гические проблемы, мучающие ребенка.

Например, как ни парадок­сально это может показаться на первый взгляд, за излишней застенчивостью может скрывать­ся нереализованное стремле­ние к лидерству. Такой ребе­нок, один раз не сумев его ре­ализовать, старается вовсе уйти от контактов: мол, мне с ними неинтересно. И в этом случае стоит не столько преодолевать застенчивость, сколько найти то занятие, которое позволит ре­бенку поверить в себя, хоть в чем-то стать лидером.

Иногда застенчивость скры­вает чрезмерную обидчивость и ранимость. Избегая контак­тов, ребенок автоматически ог­раждает себя от возможности быть обиженным.

А иногда дети уклоняются от общения просто потому, что не знают, о чем говорить. Поэтому в первую очередь нужно разви­вать у них интеллект и фанта­зию.

Прежде всего я бы посове­товала родителям оценить об­становку, окружающую ребен­ка. То есть посмотреть на самих себя. Вы-то сами очень общи­тельны? А то зачастую мама, предпочитающая два часа блуж­дать по незнакомому микрорай­ону в поисках нужной улицы, вместо того чтобы спросить у кого-то, как пройти, искренне удивляется, что ее ребенок стес­няется обратиться к друзьям за помощью. Или в семье, где ни­когда не бывает гостей, а пере­званиваются только с близкими родственниками, вызывает удивление, что их ребенок не имеет друзей. В данном случае малыш просто копирует пове­дение старших.

Во-вторых, застенчивые дети, как правило, бывают у так называемых тре­вожных мам, ко­торые как бы передают ре­бенку свою тре­вожность. “У не­го, наверное, не получится”, “он такой слабень­кий, что навер­няка заболеет”, - сокрушается мама, тем самым программируя ребенка на неудачу. Самооцен­ка и самоуважение малыша, ес­тественно. от этого не возрас­тут.

Третья возможная причина детской застенчивости - это излишняя авторитарность кого- то из членов семьи. Если роди­тели ежеминутно диктуют, что надо делать, как надо жить, что читать, во что играть, с кем дру­жить, то дети растут пассивны­ми и неуверенными в себе.

И самое главное, о чем нельзя забывать: застенчивых детей надо чаще хвалить. При­чем не только за какие-то успе­хи, а просто потому, что он есть. Ребенок должен понять, что любят его не за то, что он выучил буквы и научился само­стоятельно чистить зубы. А про­сто потому, что мама и папа очень рады, что у них есть та­кой, именно такой, малыш.

Теперь, когда вы разобра­лись, что послужило причиной застенчивости ребенка, нужно попытаться научить его пре­одолевать эту черту, привить навыки нормального общения. Пожалуй, самая большая про­блема в том, чтобы убедить та­кого ребенка в необходимости общения. А проще всего это сделать с помощью игры в те­атр. Причем именно игры в те­атр, а не драматического круж­ка или студии бального танца, где ребенку самому действи­тельно придется выходить на сцену и выступать перед зри­телями.

Поэтому начинать надо с того, чтобы устроить дома ку­кольный театр. Сначала выбе­рите главного персонажа. Это может быть бегемотик, слоник, медвежонок - эдакий симпатич­ный, большой, добрый, застен­чивый, немного неуклюжий ге­рой. Дело в том, что застенчи­вые дети обычно зацикливают­ся на своей внешности, считая себя недостаточно красивыми, излишне толстыми, высокими, низкими, неуклюжими. Затем придумайте несколько сюжетов, например, о том, как медвежо­нок вышел на полянку, увидел там весело играющих малень­ких белочек и зайчиков и по­стеснялся к ним подойти, испу­гавшись, что он такой большой и над ним будут смеяться. Вер­нувшись домой, он постарался объяснить маме, почему не по­шел играть с другими зверята­ми. Следующий сюжет может быть о том, как мама решила, что нужно использовать силу медвежонка, и стала просить его помогать по хозяйству, на­пример пойти в магазин, ку­пить продукты и принести сум­ку домой.

После того как малыш ос­воится за ширмой и уже не будет бояться “выступать\* на людях, можно попробовать поиграть в настоящие “теат­ральные” игры. Попросите ребенка показать с помощью мимики и жестов какой-нибудь стишок (например, “Идет бы­чок качается”, “Уронили миш­ку на пол” и так далее). Хоро­шо, если в игре участвуют не­сколько человек, желательно детей. Однако, если ребенок стесняется, начинайте игру в обществе только самых близ­ких. Впрочем, можно попро­сить его изобразить то или иное животное, показать без слов какое-то действие.

Помимо мимики и жестов необходимо развивать и выра­зительность речи. Для этого предложите по-разному про­изнести слово “привет” (радо­стно, уныло, разочарованно, удивленно и так далее). Учите ребенка изменять голос. Поиг­райте, как могли бы разговари­вать разными голосами персо­нажи сказки “Колобок” (диало­ги колобка и зайчика, колобка и волка, колобка и лисы).

Прекрасным “лекарством” может быть игра в город. Из конструктора, кубиков или про­сто подушек постройте боль­шой город. В нем должны быть магазины, цирк, зоопарк. Возьмите любимую игрушку малыша и совершите “прогул­ки по городу”. От имени иг­рушки ребенок должен схо­дить в магазин, купить билеты в цирк, вместе с друзьями от­правиться на представление. Проиграйте с ним как можно больше таких жизненных ситу­аций.

И наконец, когда ребенок уже потихонечку начнет осва­иваться, вводите его в детский коллектив. Может быть, более целесообразно приглашать других детей к себе домой, руководствуясь принципом, что родные стены помогают. По­внимательнее отнеситесь к подбору гостей - они должны быть коммуникабельными и доброжелательными.