**Рекомендации для родителей**

Застенчивого ребенка легко отличить от ребенка общительного. Чаще всего застенчивый ребенок привязан к одному из родителей, который проводит с ним больше времени, и буквально виснет на нем. Такой ребенок тяжело идет на контакт, не смотрит в глаза при общении, не любит в доме посторонних людей, прячется от них.

Застенчивость для ребенка является серьезным барьером при общении со сверстниками, она препятствует расширению кругозора, развитию эмоциональной и интеллектуальной сфер. Для решения подобной проблемы в первую очередь надо найти и устранить основную причину возникновения застенчивости, понять, что чувствует застенчивый малыш. Чаще всего это неуверенность в себе, эмоциональная чувствительность к словам и опенкам окружающих, повышенная обидчивость, неумение выстраивать диалог с другими детьми.

**Причины застенчивости**

* Наследственность, то есть застенчивость врожденная, генетически переданная от родителей.
* Психотравма в раннем возрасте (испуг, помещение в больницу, конфликты в семье и т.д.).
* Ошибки в воспитании или образ жизни семьи. Так, застенчивость у детей чаще встречается в закрытых от общения семьях, при повышенной тревожности или гиперопеке, высоких ожиданиях и категоричности со стороны родителей по отношению к ребенку.
* Неудачный первый опыт общения.

**Рекомендации по коррекции застенчивости**

* Оказывайте ребенку эмоциональную поддержку в новых для него ситуациях. Поощряйте его, учитывайте его мнение, демонстрируйте гибкость в общении, совместно с ребенком ищите решения, можно даже заранее продумывать фразы для общения и т.п. Давайте ребенку поручения, связанные с общением.
* Постарайтесь научить ребенка здороваться за руку, глядя человеку в глаза, но делайте это без насилия и постепенно. Можно также показать малышу, как вежливо обратиться к прохожему и узнать, который сейчас час. С каждым днем увеличивайте количество «опрошенных» и вместе с малышом заносите результаты в специальный «Дневник успехов». Успех ребенка в какой-нибудь деятельности — сильнейшее лекарство от застенчивости.
* Развивайте познавательную активность ребенка. Разносторонне развитый человек привлекает к себе внимание окружающих, с ним многие хотят общаться и дружить.
* Обязательно хвалите малыша, когда он работает над собой, чтобы преодолеть свой внутренний барьер.
* Будьте терпеливы, и вскоре он будет свободно общаться.