***Консультация***

***Мой ребёнок стеснительный.***

[Печать](http://psiholog-galina.ru/psichologiya-detstva/moy-reb-nok-stesnitelniy/pechat)



Почему одному ребенку легко общаться со сверстниками, смело отстаивая свою точку зрения, а другому это кажется непосильной ношей? Этот вопрос чаще всего задают родители застенчивых детей, многие из которых считают эту черту недостатком. Возможно, прочитав эту статью, некоторые из них изменят свою точку зрения и станут иначе относиться к индивидуальной особенности ребенка.

Родителям, прежде всего, необходимо понять, что каждый ребенок индивид, который от рождения имеет в своем характере, как достоинства, так и недостатки, взаимно компенсирующие друг друга. Застенчивость – это черта характера, а никак не недостаток. Стеснительные дети, как правило, воспитаны и скромны. Они прекрасные слушатели в беседе и хорошие партнеры в игре. Ведь они умеют уважать чужую точку зрения и желания других. Бывает, что они зажимаются и робеют, но во многих ситуациях они уверенны, хотя немного осторожны. Им более комфортно играть с малочисленной группой детей и общаться с одним взрослым. Если робкого ребенка заинтересовать и увлечь, то от его зажатости и стеснения ни останется и следа. Чаще всего его смущает пристальное внимание окружающих.   Все-таки, какова же природа стеснительности?

Многие специалисты утверждают, что застенчивость определяется как темпераментом, так и низкой самооценкой ребенка, которой отведена доминирующая роль. Но если темперамент врожденное качество, то самооценку ребенка формирует общество и в первую очередь семья.

По мнению психологов, наиболее весомыми факторами, ставшими причиной в формировании неуверенности в себе являются:

- разлука с матерью, которую ребенок болезненно пережил в раннем возрасте;

- излишняя требовательность и строгость родителей. Проявление ласки и любви с их стороны только как средства поощрения за оправданные надежды;

- завышенные ожидания и требования родителей, которые не сопоставимы с возможностями и способностями ребенка.

**Как быть?**

Родителям важно понять, что во многом дальнейшая судьба стеснительного от природы ребенка зависит от них: вырастет ли их робкий ребенок осторожной, но уверенно шагающей по жизни личностью, или станет нелюдимым, стесняющимся неудачником.

Если вы родители стеснительного ребенка, то психологи рекомендуют придерживаться следующих правил в его воспитании:

Никогда не сравнивайте сына или дочь с другими детьми. Ни в коем случае не акцентируйте внимание на его неудачах - чувства застенчивости ни в коем случае нельзя усугублять. Наоборот, подмечайте даже малейшие его достижения, хвалите ребенка, не забывайте говорить ему, что вы гордитесь им. Создавайте комфортные условия, где ребенок в полной мере сможет проявить себя, повысив самооценку. Ведь именно работа по повышению самооценки является важнейшей составляющей в коррекции стеснительности у детей.

Проявляйте терпение. Неуверенному ребенку требуется чуть больше времени, чтобы освоиться и принять незнакомую ситуацию будь, то новая воспитательница, группа сверстников или спортивная площадка для прогулок. Только убедившись в полной безопасности окружения, он сможет чувствовать себя комфортно. При ответе на вопрос на занятии или уроке ребенку также необходим запас времени, чтобы обдумать ответ.

Не совершайте насилие над личностью ребенка, вынуждая быть смелым. Лучше своей любовью и поддержкой позвольте ему чувствовать себя в безопасности. И смелость обязательно придет со временем, возможно, чуть позже, чем у гиперактивных детей.

Не повышайте голос в присутствии ребенка, тем более на ребенка. Крик – удел слабых, а как можно рядом с таким взрослым чувствовать себя в безопасности?

Чтобы стеснительный ребенок быстрее доверился вам, станьте с ним на один уровень, то есть присядьте и посмотрите малышу в глаза. Общение сверху вниз – доминирующее, стеснительные дети это чувствуют.

Предъявляйте к ребенку адекватные требования. Он должен чувствовать, что его любят таким, какой он есть.

Старайтесь создать такие ситуации, где ребенку будет проще проявить себя, заслужив уважение сверстников. Например, совместные походы с друзьями или домашние праздники. В комфортной домашней атмосфере стеснительному ребенку будет проще изменить мнение приятелей о нем в лучшую сторону.

Если учитель или воспитатель позволяет негативно оценивать деятельность ребенка в присутствии класса или группы, то родителям необходимо поговорить с ним. Во время беседы с педагогом необходимо обсудить особенности ребенка и рекомендовать педагогу индивидуальный подход к робкому малышу. Родителям не нужно бояться того, что, лишая ребенка негативного опыта, они вырастят неприспособленного к суровой реальности человека. Бесспорно, гиперопека вредит, и родителям не стоит «стелить соломку» на каждом шагу малыша. Но и бросать его одного наедине с трудностями, к которым он совсем не готов, не нужно.

Ведь опыт неудач лишает веры в себя и приземляет, а опыт успехов и побед – окрыляет. Так кто же, как не родители помогут своему стеснительному ребенку обрести сильные крылья.



Подготовила: Толмасова С.А.