

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ЗАСТЕНЧИВЫЙ РЕБЕНОК».**

Жалобы на застенчивость, стеснительность детей дошкольного возраста возникают чаще всего в связи с подготовкой их к школе, т.е. приблизительно в 6 лет. Низкий уровень развития общения, замкнутость, затруднения в контактах с другими людьми – и взрослыми, и сверстниками – мешают ребенку включиться в коллективную деятельность, стать полноправным членом группы в детском саду.

Помочь ребенку преодолеть застенчивость, сформировать у него необходимые способы общения – задача педагога и родителей. Эта задача разрешима, но, к сожалению, в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте к ней приступать поздно. К моменту поступления в школу у застенчивого ребенка уже складывается определенный стиль поведения, своеобразное положение в обществе, он уже отдает себе самому отчет в этом своем «недостатке». Однако осознание своей застенчивости не только не помогает, а, наоборот, мешает ребенку ее преодолеть, поскольку характерной особенностью таких детей является ярко выраженная неуверенность в себе и заниженный уровень притязаний. Ребенок не может победить свою застенчивость, так как не верит в свои силы, а то, что он фиксирует внимание на этих чертах своего характера и поведения, еще сильнее его сковывает. Помочь застенчивому ребенку могут только взрослые, причем, чем раньше они начнут это делать, тем лучше.

Прежде всего рассмотрим истоки застенчивости, ее проявления у детей в разном возрасте и в различных ситуациях.

Застенчивость как устойчивая характерологическая особенность выступает в поведении ребенка достаточно рано. Нередко ее предпосылки отчетливо прослеживаются уже в раннем возрасте, а в младшем дошкольном эти качества уже во многом определяют поведение ребенка.

В отношении ребенка, воспитывающегося в семье, не посещающего детский сад, говорить о застенчивости как о сложившемся качестве еще преждевременно. На этом этапе иногда отмечают такие ее предпосылки, как беспокойство, эмоциональная неустойчивость, плаксивость, общий сниженный фон настроения, ухудшение аппетита и нарушения сна в связи с какими-то изменениями обычного распорядка жизни -переезд на дачу, поездка в гости. Для этих детей характерны также страх перед чужими, долго не проходящее беспокойство и скованность в новой ситуации. Как правило, такие дети очень привязаны к матери, болезненно переносят даже непродолжительное ее отсутствие. В раннем возрасте некоторые из перечисленных качеств встречаются у многих малышей, но сами по себе они еще не означают, что у них обязательно появится застенчивость. При разумной организации жизни ребенка, с учетом его индивидуальных особенностей и при внимательном руководстве со стороны взрослого, вполне возможно предотвратить развитие нежелательных форм поведения.

Наиболее действенной мерой является последовательное целенаправленное формирование навыков общения и умения действовать совместно с другими (взрослыми и детьми). Это становится возможным лишь при четком осознании родителями поставленной цели и правильной организации как поведения ребенка, так и своего собственного поведения.

На начальном этапе (если ребенок болезненно реагирует на чужих людей – кричит, плачет, убегает или замирает около матери, избегая смотреть на чужого

и в особенности встречаться с ним взглядом) следует постепенно расширять круг пассивного общения. Не нужно сразу без необходимости приглашать к себе домой чужого взрослого человека, но можно начать разговаривать в присутствии малыша с кем-то посторонним на прогулке.

При этом сначала следует предупредить ребенка о том, что вы собираетесь сделать. Не стоит беспокоиться, что полуторагодовалый малыш не все поймет – он почувствует ровное спокойное состояние матери, интонацию, успокаивающие жесты: поглаживание, похлопывание, увидит ласковый взгляд, - и тревожность снизится. Предупредив малыша, можно вместе с ним, держа его за руку, подойти к выбранному вами человеку и задать ему какой-либо простой вопрос: узнать, сколько времени, как пройти на ближайшую улицу, когда открывается магазин и т.п.

Надо учитывать, что у некоторых детей существует выборочная реакция на «чужих» – одни могут сильнее стесняться громкоголосых высоких женщин, другие – пугаться незнакомых мужчин (чаще, когда дома в окружении ребенка нет мужчин). Лучше всего заговорить с какой-нибудь мамой с ребенком такого же возраста или моложе. В этом случае малыш постепенно привыкнет не только к общению со взрослыми, но и с другими детьми. Для дальнейшего развития навыков общения наиболее подходящим местом является детская площадка во дворе, в лесу или в парке, где ребенок уже несколько раз побывал с мамой и хорошо знает ее «географию» и оборудование (скамеечки, песочницу, грибок, лесенку и т.д.). На детской площадке, как правило, собирается общество мам и детей примерно одного возраста, часть которых приходит туда постоянно (они уже хорошо знакомы между собой), а часть появляется время от времени. Нередко приходят «новенькие» мамы или бабушки с детьми, а в выходные дни там можно встретить даже некоторых пап. Поэтому детская площадка с частично постоянным, частично меняющимся составом «посетителей» – оптимальное место, где можно приучить малыша не бояться людей, общаться с ними, разговаривать, вступать в простейшие игры.

На детской площадке ребенок легко переходит и к активному общению – сначала