

Консультация для родителей

«Как преодолеть застенчивость и неуверенность детей»



Подготовила:

*музыкальный руководитель
МАДОУ ЦРР-д/с № 33
Марюхина Светлана Васильевна*

Улыбнись – непроворная, жесткая,
Не в улыбку улыбка моя,
Пошутить захочу – шутка плоская:
Покраснею мучительно я!
Николай Некрасов

Застенчивость - это особенность, характерная для очень многих людей, как детей, так и взрослых. Эта черта свойственна, по крайней мере, каждому

третьему ребёнку. Застенчивость, может быть временной, проявляться только в незнакомой компании, в непривычной обстановке, а потом со временем проходит. Но бывает, что застенчивость становится чертой характера, постоянным качеством человека. Наверное, эту черту можно назвать, наиболее, распространенной причиной возникновения коммуникативных трудностей. Основные затруднения в общении застенчивого ребенка с другими людьми лежат в сфере его отношения к самому себе и отношения к нему других людей. Традиционно считается, что у застенчивых детей снижена самооценка, что они плохо думают о себе. Однако исследования показали, что это не совсем так. Как правило, застенчивый ребенок считает себя очень хорошим, то есть, отношение к себе как к личности у него самое положительное.

Проблема заключается в другом. Он часто сомневается в положительном отношении к себе других людей, особенно незнакомых. В общении с близкими людьми характер отношения взрослых ясен для ребенка, а в общении с посторонними – нет, поэтому в общении с ними застенчивость проявляется ярче всего, так как ребёнок воспринимает незнакомых людей как несущих определённую угрозу.

На сегодняшний день в психологии распространена точка зрения, что застенчивость формируется в результате негативных переживаний, которые возникают у ребёнка в процессе общения и постепенно закрепляются в сознании. Вспомните, как, буквально с первых дней после рождения, Вы старались оградить своего малыша от всех житейских невзгод. Ребёнок растёт и вот, когда он ведёт себе «неправильно», Вы намеренно пугаете его (придёт злой дядя и заберёт, язык отсохнет, отдам в детский сад и так далее, чтобы добиться нужного Вам поведения.

Всеми способами культивируете ощущение зависимости, беспомощности. Ребёнок рано узнаёт, что он – «тупица», «урод», «неумеха», «намного хуже других детей»..., тем самым формируя у ребёнка неуверенность в себе и заниженную самооценку, что и становится причиной застенчивости.

Можно, ли ребенку справиться с застенчивостью и как это сделать?

1. Не называйте ребёнка застенчивым, лучше подчеркивайте сильные стороны его характера, чаще хвалите ребёнка, говорите о его положительных качествах, день



за днём укрепляйте в нём уверенность, а застенчивость определяйте, как осторожность, осмотрительность, обдуманность. Перестаньте критиковать ребёнка по любому поводу, ни с кем не сравнивайте, напротив, при каждом удобном случае подчёркивайте его индивидуальность. Вместе с ребёнком вспомните, какими способностями он обладает в

реальности. У него много достоинств, значит, ему есть чем гордиться.

2. Находясь в большом обществе, будьте рядом с ребёнком, держите его за руку, пока он сам не почувствует уверенность в себе. Пусть он сам отпустит Вашу руку. Расширяйте круг общения своего ребёнка, чаще приглашайте к себе его друзей, берите малыша в гости к знакомым, расширяйте маршрут прогулок, ходите на экскурсии, желательно туда, где ему нравится, учите спокойно относиться к новым, незнакомым местам и не настаивайте на присоединение сверстников против его желания.

3. Не стоит постоянно беспокоиться за ребёнка, стремиться полностью, оберегать его. Дайте малышу возможность проявить самостоятельность и активность, дайте ему определённую меру свободы действий. Постоянно укрепляйте в ребёнке уверенность в себе и своих силах.

4. Привлекайте ребёнка к выполнению разнообразных поручений, связанных с общением.

5. Рассказывайте ребёнка о том, как много нового и интересного можно узнать, общаясь и играя с другими детьми и взрослыми.

