Родительский час

Застенчивый ребенок

*Как помочь малышу стать общительнее и раскованней?*

**Ошибки в воспитании**

Глубинные причины застенчивости следует искать в раннем детстве. Ощущение **себя** в возрасте до пяти лет – база для формирования внутреннего мира взрослого человека.

Застенчивость, прежде всего, связана с низкой самооценкой. Застенчивость во внешнем поведении проявляется в скованности и неловкости движений, в замкнутой сосредоточенности лица ребенка. На физиологическом уровне – даже в учащении пульса и дыхания.

Формированию этой черты могут способствовать:

- ранняя и потому болезненная разлука с матерью;

-излишняя принципиальность и строгость родителей;

- завышенные требования по отношению к ребенку.

**Не сравнивайте с другими**

Главная задача – верить в ребенка так сильно и убедительно, чтобы малыш поверил вам и «заразился» вашей верой. Тогда он станет уверенным в себе человеком. Наберитесь терпения. Дайте ему привыкнуть к новому.

Торопить несмелого ребенка – значит вводить его в состояние психологического давления, которого ранимые детки не выдерживают. Срабатывают защитные механизмы психики – дети еще больше замыкаются, уходят в себя.

**Нотации не помогают**

Тревоги малыша иррациональны по своей природе, ведь сам ребенок лет до семи живет в мире чувств и образов, анне здравого смысла. Говорить словами «здесь нет ничего страшного» бессмысленно. Нужно дать ребенку почувствовать себя в безопасности. А что лучше прогоняет страх, чем мамина ласка, мамина близость?

**Ни в коем случае не давите!**

Застенчивому, робкому ребенку нужно дать время познакомиться, приглядеться, понять законы, которые действуют в новой ситуации, будь то компания сверстников, новый воспитатель, новая квартира. Только убедившись, что ему там ничего не угрожает, он сможет успокоиться.

**Нельзя кричать ни на детей, ни в присутствии детей.**

Повышенная требовательность родителей - опасна. В семьях, где лидером является женщина, дети часто вырастают застенчивыми, безвольными и безынициативными. В этом случае срабатывают защитные механизмы поведения: не выдерживая жестокого и пристального внимания к себе, в силу излишней чувствительности, ребенок может, например, постоянно улыбаться. Улыбка не всегда соответствует ситуации. Так было, например с Пашей. Под пристальным взглядом учительницы мальчик начинал нервно улыбаться. Учительница воспринимала его улыбку как издевательскую ухмылку, наказывая двойкой. Мама дома «добавляла» за плохую оценку. **Результат – заикание**. Излишняя строгость к детям с утонченной душевной организацией приводит к прямо противоположному эффекту. Кстати, застенчивые дети обладают большим творческим потенциалом. Им особенно важна личная территория, возможность побыть в одиночестве. Наедине с собой они не скучают, а играют, адаптируясь и приспосабливаясь к сложным ситуациям, осмысливают и переживают все, прежде случившееся. Ничто так не объединяет людей, как общее дело, общие чувства. Для застенчивого малыша новый коллектив – большая проблема.

**Опыт – лекарство от застенчивости**

Нужно ли оберегать малыша от сложной жизни, если рано или поздно он все равно с ними столкнется? Да, это неизбежно. Вопрос лишь в том, встретится ли он с ними уверенным в себе, не отягощенным комплексами человеком, или запуганным неудачником, привыкшим к своей «второсортности». Не нужно «подставлять руки», на каждом шагу, **нужно создать условия для развития самостоятельности и веры в себя. Помогите вашему робкому малышу расправить свои нежные крылышки.**