Консультация «Если ваш ребёнок застенчивый»

**Застенчивость** часто является признаком сдержанного темперамента, и, **если** она не мешает жизни **ребёнка**, не следует считать это проблемой. Но в случае, когда **застенчивость** достигает такого уровня, при котором **ребёнок** испытывает дискомфорт, не может общаться со сверстниками, боится попросить помощи у взрослого, чувствует себя несчастным - тогда стоит задуматься.

Каждый **ребёнок** нуждается в индивидуальном подходе, но особого внимания требуют робкие и **застенчивые дети**. Такому **ребёнку** нужно помочь ощутить себя равным среди сверстников.

**Застенчивым детям**, как правило, свойственны такие качества как исполнительство, ответственность, старательность, у них развито творческое начало. Они многим интересуются, и много знают.

Очень часто причиной чрезмерной **застенчивости ребёнка** являются нарушения речи, которые не могут не сказываться на его психике. Таким детям в первую очередь необходима помощь логопеда, психолога, педагогов и родителей. Сначала нужно выявить причины робости и **застенчивости**, а затем намечать *«маршрут»* помощи. К сожалению, некоторые родители, не осознавая этого, бывают жестокими по отношению к своим детям.

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.

Чем раньше мы начнём преодолевать **застенчивость**, тем лучше. С возрастом у **ребёнка** формируется стереотип **застенчивого поведения**, оно закрепляется и тяжело корректируется. **Ребёнок** начинает отдавать себе отчёт в своём *«недостатке»* и это очень осложняет работу с ним, поскольку дошкольник непроизвольно фиксирует внимание на своей **застенчивости** и особенностях своего характера.

Несколько советов для родителей:

1. Не называйте **ребёнка застенчивым**, т. к. это может отразиться на его поведении.

2. Не требуйте от **ребёнка** идеального поведения. Это может усилить **застенчивость**.

3. Подчёркивайте сильные стороны его характера.

4. Хвалите **ребёнка**, говорите о его положительных качествах, день за днём укрепляйте в нём уверенность, а **застенчивость** определяйте, как осторожность, осмотрительность, обдуманность.

5. Разнообразьте жизнь **ребёнка**: ходите на экскурсии, расширяйте маршрут прогулок.

6. Расширяйте круг общения своего **ребёнка**: чаще приглашайте к себе друзей **ребёнка**, берите малыша в гости. Находясь в большом обществе, будьте рядом с **ребёнком**, держите его за руку, пока он не почувствует уверенность в себе. Пусть он сам отпустит вашу руку.

Самый короткий путь эмоционального раскрепощения **ребёнка**, снятия зажатости, обучения чувствованию и художественному воображению – это путь через игру, фантазирование, сочинительство. Всё это может дать театрализованная деятельность. Отдавайте своих детей в умелые руки педагогов театральных студий, ведь работая над раскрепощением **ребёнка**, невозможно обойтись без специальных игр и упражнений, развивающих дыхание, освобождающих мышцы речевого аппарата, формирующих чёткую дикцию и подвижность голоса. Говоря от имени определённого действующего лица, **ребёнок** легче раскрепощается, общается с партнёром. Разучивание стихов развивает память и интеллект. Занятия театральной деятельностью и частые выступления на сцене перед зрителями способствуют реализации творческих сил и духовных потребностей **ребёнка**, раскрепощению и повышению самооценки.

Нам всем – и родителям, и педагогам – нужно запастись терпением и направить свои совместные действия на развитие в **ребёнке умения общаться**, повышение его самооценки, раскрытие его творческих возможностей.

Помочь детям быть успешными в жизни, научить их владеть собой в разных ситуациях, дать им возможность поверить в себя и почувствовать - как хорошо играть в любимые игры с друзьями, танцевать и веселиться на праздниках, никого, не стесняясь – наша общая задача.