**[Как помочь застенчивому и нерешительному ребёнку](http://sch1.lida.by/index.php?option=com_content&view=article&id=957%3A-l-r&catid=147%3A2017-10-20-06-16-59&Itemid=141)**



*Застенчивые* *дети* – это замкнутые, нерешительные, робкие и испытывающие сложности при общении со сверстниками и взрослыми дети.

Помочь ребёнку преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться – задача взрослых людей, которые его окружают.

***Портрет застенчивого ребенка***

   Застенчивые дети выглядят удивительно похоже – опущенная голова, сутулые плечи, взгляд в пол, в сторону, в потолок и практически никогда в глаза собеседнику, ерзание на стуле, тихий голос, затруднение при ответе на самые простые вопросы....Они готовы спрятаться куда угодно– только бы их не трогали... застенчивых детей не видно в группах, они послушны и выполняют просьбы взрослого, такие дети наиболее ведомы более активными сверстниками...Многие взрослые считают их хорошо воспитанными и послушными. В более тяжелых случаях – ребенок боится всего, что ему незнакомо, отказывается от общения со сверстниками, постоянно краснеет , когда к нему обращаются, не отвечает , даже если знает ответ на вопрос, ничего не может делать в присутствии посторонних, старается найти укромный уголок, начинает заикаться или безостановочно болтать и нести чепуху...

***«Невидимые» проблемы***

   Несмотря на внешнюю бесчувственность, застенчивые дети испытывают такую же бурю эмоций, что и другие дети, не имеющие проблем в развитии. Но они не могут их проявить, отреагировать внешне. Это способствует тому, что дети «кипят» внутри и часто обращают эту негативную энергию на самих себя, что стимулирует развитие аутоагрессивных и невротических проявлений (тики, заикания, пощипывания, навязчивые движения и т.д.).

Мнение о заниженной самооценке у застенчивых детей не всегда верно. Экспериментальные исследования показывают, что застенчивые дети оценивают себя достаточно высоко. Проблема в их склонности считать, что другие относятся к ним плохо, гораздо хуже, чем они сами.

 Бывает, что застенчивость маскирует повышенную ранимость, обидчивость...
 Очень часто под застенчивостью прячется бедная фантазия, неразвитое мышление, медленные реакции – ребенок уклоняется от общения потому, что не знает как поступить и что сказать...

***Личностные особенности застенчивых детей***

   Каждое свое действие ребенок проверяет через мнение других, его внимание сосредотачивается главным образом на том, как его действия оценят взрослые.

   ***Основной причиной возникновения застенчивости у ребенка*** является неадекватный стиль воспитания в семье. Так застенчивость встречается у единственных в семье детей. У которых, так или иначе, был ограничен круг общения.
   Застенчивость встречается и у детей, воспитывающихся в неполных семьях одинокими мамами. Повышенная тревожность таких мам, старающихся постоянно контролировать своих детей, способствует тому, что дети постепенно теряют доверие к миру и окружающим их людям.

Авторитарный стиль воспитания в семье – когда на ребенка возлагаются непомерно большие надежды и родители начинают «закручивать гайки», добиваясь реализации своих чрезмерных амбиций. Постепенно у ребенка развивается комплекс несоответствия, и он все больше убеждается в своей несостоятельности. Нарушение личностного взаимодействия между ребенком и взрослым (родителем, педагогом) способствует выработке у ребенка психологической защиты, заключающейся в том. Что ребенок перестает проявлять инициативу в общении и деятельности, ведет себя тихо и незаметно...

***Рекомендации родителям застенчивого ребенка***

 ***Общение с застенчивым ребёнком требует осторожности и деликатности,***

***так как их реакция на вмешательство взрослого может быть совершенно неожиданной!***
– умерьте требования к ребенку и старайтесь чаще хвалить ребенка НИ ЗА ЧТО;
– фон общения с ребенком должен быть спокойным и доброжелательным;
– необходимо свести до минимума критику и негативные оценки поведения ребенка, а в отношении его личности такие оценки вообще недопустимы;
– главный козырь взрослых – терпение и тактичность;
– необходимо развивать у ребенка инициативность и самостоятельность посредством хорошо мотивированных посильных просьб и поручений;
– в быту необходимо стимулировать ребенка к разностороннему общению – обратиться к кому-то с просьбой, отдать деньги продавцу и т.д.,
– постоянно подкрепляйте в ребёнке уверенность в себе и своих силах;
– расширьте круг знакомств, чаще приглашайте к себе домой друзей, берите ребёнка с собой в гости к знакомым людям.