|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| * Стеснительные дети считают, что они постоянно находятся у всех на виду. Объясните ребенку, что у людей много собственных дел, и все они заняты собой. На самом деле никому нет до него дела. А если все же окажется, что кто-то увидел его промах, безотказно действует один прием – улыбка. Достаточно улыбнуться свидетелю твоей неловкости, и он тоже ответит улыбкой. В худшем случае – просто равнодушно отвернется. * Постарайтесь изменить свое поведение. Нередко родители, сами того не ведая, формируют у ребенка застенчивость, когда то и дело сравнивают его с другими детьми, критикуют по любому поводу, предъявляют к нему завышенные требования, редко хвалят. Перестаньте критиковать ребенка по любому поводу, ни с кем не сравнивайте, напротив, при каждом удобном случае подчеркивайте его индивидуальность. Попробуйте смотреть на ребенка не глазами цензора, и со временем вы увидите, как он преобразится. * Поделитесь с ребенком своим опытом. Расскажите ему подобные случаи, происшедшие с вами, и собственные переживания по этому поводу. Эти рассказы помогут ему чувствовать себя увереннее в аналогичных ситуациях. | **Как НЕ надо вести себя родителям с застенчивым ребенком:**   * Все время подавлять и унижать его, снижая уровень самооценки. * Критиковать физические недостатки и ум ребенка. * Подчеркивать его неполноценность. * Высмеивать в присутствии других. * Любыми способами провоцировать тревожность. * Не разрешать играть с детьми и изолировать от сверстников. * Подчеркивать его незащищенность и зависимость от вас. * Ругать за то, что он застенчив.   *C:\Users\Татьяна\Desktop\O-X0obaasr4.jpg* | ***Муниципальное бюджетное***  ***дошкольное образовательное***  ***учреждение***  ***детский сад № 4 «Чиполлино»***  ***г. Саяногорск***  **БУКЛЕТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**  **C:\Users\Татьяна\Desktop\772.png**  **C:\Users\Татьяна\Desktop\Рисунок12.png**agresija  **Подготовила:**  **Педагог-психолог**  **Пфейфер А.С.** |
| **Портрет застенчивого**  **ребенка**   * Не желает вступать в беседу, редко задает вопросы взрослому. * Играет один, сидит в углу пока играют другие, не участвует в коллективных играх. * Затруднителен или даже невозможен контакт глаз. * Тихо и непонятно спрашивает или обращается к взрослому. * Не проявляет инициативы в играх и образовательной деятельности, не отвечает на прямой вопрос взрослого при других детях. * Сжатые плечи, опущенная голова. * Имеет много страхов, часто рассказывает про свои тревоги и страхи. * Имеет ритуалы или любимые игрушки, с которыми не когда не расстается. * Испытывает смущение. | **Рекомендации для родителей застенчивого ребенка**   * Если застенчивость не мешает жизни вашего ребенка, не обращайте на нее внимания. * Необходимо довести до сознания ребенка информацию о том, что на свете много застенчивых людей. * Постарайтесь вместе с ребенком разобраться в причинах того, что заставляет его стесняться. Объясните малышу, что, опасаясь сделать или сказать что-то неправильно, он тем самым программирует себя на неудачу: «Ты боишься, что тебя о чем-то спросят или предложат что-то сделать, а ты не справишься. Ты так долго об этом думаешь, что твои движения на самом деле становятся неловкими, мысли разбегаются, ты забываешь все нужные слова. Ты сам превращаешь себя в неумеху и незнайку». Подобный вывод обычно впечатляет детей, и они приходят к следующему выводу: «Все зависит от тебя самого. Как себя настроишь, так и будешь выглядеть и действовать». * Постарайтесь разобраться в истинных желаниях своего ребенка. Не упрекайте, а лучше объясните ему его поведение: «Я вижу, что ты чувствуешь себя неуверенно, а тебе хочется играть с ребятами». | * Не называйте ребенка застенчивым, так как это может отразиться на его поведении. Лучше подчеркивайте сильные стороны его характера, чаще хвалите ребенка, говорите о его положительных качествах, день за днем укрепляйте в нем уверенность, а застенчивость определяйте как осторожность, осмотрительность, обдуманность. * Находясь в большом обществе, будьте рядом с ребенком, держите его за руку, пока он не почувствует уверенность в себе. Пусть он сам отпустит вашу руку. * Разнообразьте жизнь вашего ребенка: ходите в походы, на экскурсии, желательно туда, где ему нравится. Пусть участвует в спектаклях и т.д. Следует учитывать одно важное условие: общение непременно должно быть добровольным. Не настаивайте на присоединении застенчивого ребенка к компании сверстников против его желания. * Застенчивым детям свойственно впадать в панику, испытывать беспричинную тревогу – особенно в те минуты, когда им кажется, что внимание окружающих направлено на них. Существует два способа, которые помогут чрезмерно застенчивому ребенку быстро успокоиться и прийти в себя. |