**Консультация для родителей**

"**Детская застенчивость**".

**Застенчивость - это особенность**, характерная для очень многих людей, как детей, так и взрослых. Наверное, эту черту можно назвать наиболее распространенной причиной возникновения коммуникативных трудностей. **Застенчивость** может быть душевным недугом. Как правило, **застенчивость**, как характеристика поведения, начинает складываться в дошкольном возрасте. С течением времени её проявления становятся более устойчивыми и распространяются на всю коммуникативную сферу человека.

Быть **застенчивым** - значит бояться общения. **Застенчивый** ребёнок воспринимает окружающих людей *(особенно незнакомых)* 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.

**Застенчивость** может быть как избирательной, так и распространяться на всё социальное окружение малыша. Её возникновение может быть связано с заниженной самооценкой ребёнка. Считая себя хуже, слабее, некрасивее, чем остальные, ребёнок начинает избегать контактов с окружающими, подсознательно не желая травмировать и без того ущемлённое самолюбие.

Помочь ребёнку преодолеть **застенчивость**, сформировать у него желание общаться - задача вполне выполнимая, однако решать её необходимо всем взрослым, которые взаимодействуют с **застенчивым ребёнком**, - **родителям**, воспитателям, психологам. 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 **родителям**, дети которых **застенчивы**.

• Расширяйте круг общения своего ребёнка, чаще приглашайте к себе друзей ребёнка, берите малыша в гости к знакомым, расширяйте маршрут прогулок, учите ребёнка спокойно относиться к новым, незнакомым местам.

• 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.

• Привлекайте ребёнка к выполнению разнообразных поручений, связанных с общением. Поощряйте контакты **застенчивого ребёнка с**"чужими взрослыми" : попросите его купить хлеба или спросить в библиотеке книгу. При этом старайтесь находиться рядом с малышом, чтобы он чувствовал себя уверенно и спокойно.

• Поддерживайте ребёнка, подчёркивайте его успехи в делах, а также рассказывайте ребёнку о том, как много нового и интересного можно узнать, общаясь и играя с другими детьми и взрослыми.

Как преодолеть трудности общения

Малыш смущается при виде чужих людей и боится незнакомых мест. Он сторонится даже знакомых по **детской площадке**. О том, что отвести его в сад, не может быть и речи: при виде воспитательницы, окруженной детьми, он начинает рыдать. Что делать **родителям**?

Не спешите бить тревогу. Дети до трех лет часто боятся разных вещей – темноты, высоты, воды, оживленного движения вокруг. Неестественно как раз полное отсутствие страха. Есть дети – участники игр, а есть дети – наблюдатели. Не вытаскивайте последних из угла, в который они забились: так вы лишите малыша чувства защищенности.

Иногда малышу просто необходимо побыть одному, увлеченно рисовать, лепить, рассматривать картинки. Ребенок не должен всегда находиться в движении и общении со сверстниками. Если он при желании свободно говорит с посторонними, играет с другими детьми, когда хочет, у него нет причин волноваться. Ребенок развивается *«скачкообразно»*: **застенчивый** в 2 года малыш к трем может стать настоящим сорванцом, и наоборот.

Не будьте чрезмерно строгими. Особенно эти грешат отцы, которые редко видят наследника и спешат излить на него весь комплекс воспитательных мер в выходные. Не только девочкам, но и мальчикам нужна своя порция любви, ласки, объятий и поцелуев. В противном случае однажды сынишка рискует превратиться либо в настоящего хулигана, отыгрывающегося на сверстниках, либо в забитого недотепу.

Вы знаете, какие ситуации могут испугать малыша. Готовьтесь к ним заранее.

Не озвучивайте страхи малыша («На площадке много детей, я знаю, как ты боишься, давай повернем обратно»). Лучше предоставьте ему право выбора: «На площадке много детишек, если хочешь, ты можешь прямо сейчас повернуть обратно». Не исключено, что желание играть в песочнице пересилит, и он победит свою **застенчивость**.

Не будьте чрезмерно подозрительны. Если в вашей речи, обращенной к ребенку, постоянно звучит рефрен *«не обидел ли кто детку»* малыш это почувствует, и в дальнейшем будет относиться к окружающим как к злоумышленникам.

Не избегайте страхов. Многие **родители**, желая избавить дитя от пугающих ощущений, устраняют саму ситуацию, которая порождает страх. Это главная ошибка. Чтобы избавиться от дискомфорта, ребенок должен оказаться в пугающей ситуации и научиться преодолевать свой страх. С вашей, конечно же, помощью.