

Консультация для родителей (законных представителей) на тему: «Застенчивость. Психологические особенности детей. Как научить ребенка общаться».



Сегодня мы поговорим о застенчивости. Многие взрослые страдают от такой проблемы. В данной статье мы постараемся научиться, как правильно помочь малышу преодолеть застенчивость. Для начала, давайте определим, что же такое застенчивость.

Застенчивость – это состояние «стеснительности» при нахождении с некоторыми людьми. Такой человек робок, стыдлив, смущен. Есть виды застенчивости. Начиная от небольшого дискомфорта, беспочвенного страха, заканчивая

тяжелым неврозом.

С застенчивым малышом сложно общаться, по причине его осмотрительности, недоверия, боязливости, замкнутости и желанию уединиться.

Давайте подробно разберем формы выявления застенчивости. Спектр такого состояния очень велик, он охватывает различные психологические проявления. Смущение при встрече с новыми людьми или постоянная травмирующая тревожность. Относительно разделим деток на три группы:

В первую группу входят детки, которые предпочитают уединение, нежели общение с ровесниками или взрослыми. Для них интересен и важен мир книг, мыслей и предметов, явлений природы.

В следующую группу входят малыши, которые испытывают панику, испуг и неудобство при встрече с конкретными обстоятельствами и конкретными людьми. Их скованность настолько увеличивается, что «ломает» их поведение. Ребенок потерян и смущен.

! Иногда свое смущение малыш прячет под наглостью и настойчивостью.

Главная причина такого дезадаптивного поведения лежит в неумении общаться и в заниженной самооценке. Хочу отметить, данная группа – самая распространенная.

Теперь мы переходим к группе хронически — стеснительных детей. Их страх перед другими и другим безграничен. Страх атакует их каждый раз, когда требуется сделать что-либо на публику. Единственно возможный вариант избежать страха – это бегство. В самом плохом стечении, застенчивость становится неврозом.

Поговорим об основаниях.

Предрасположены детки, нервная система которых чувствительна и возбудима. У ребенка не сформированы умения эффективно общаться с другими. Влияет характер родителей. Даже одного стеснительного родителя хватит, чтобы увеличить вероятность воспитания стеснительного ребенка.

Позиция старший – младший. Среди застенчивых больше детей, которые первыми появились на свет.

Также важной причиной является раннее отделение (психологическое) от мамы. У малыша появляется боязнь неопределенности. Такой страх характерен для сильно застенчивых деток.

Как научить ребенка общаться.

1. Следует с малых лет формировать в малыше нормальную самооценку и чувство личной значимости. Как вы уже поняли, застенчивость и заниженное самомнение связаны. Застенчивый малыш имеет заниженную самооценку. Он невротичный, пассивный, внушаемый, потерянный, менее популярный среди сверстников. Там, где ребенок имеет адекватную самооценку, нет стеснительности. **Важно!** Дошкольники оценивают сами себя так же, как их оценивают родители.

2. Развиваем чувство уверенности. Как? В ваших силах – создание атмосферы защиты, любовного отношения, принятия. Решительность появляется благодаря удачному выполнению задач. Начать следует с малого, шаг за шагом увеличивая объем и сложность. Оценивайте поступки малыша, а не его личность. Не стоит приписывать ребенку отрицательные характеристики («страшный», «неумеха», «тупой» и т.д.). Не следует вызывать ощущение зависимости ребенка от родителя. Постарайтесь пораньше привить обязательность ребенка за свои действия. Не ограждайте малыша от ошибок. Позвольте ему ошибаться, идти на адекватный риск, иметь поражение. Застенчивый малыш не делает что-либо, так как боится потерпеть крах. Помогите совершенствоваться хоть 1 черту, которая будет положительно оценена окружающими людьми. Хвалите за победы и достижения. Следует научить малыша расслабляться. Потенциал будет раскрыт, плохие мысли уйдут. Откажитесь от плотного графика полезной деятельности. Ребенок должен уметь побыть с самим собой наедине, получая от этого удовольствие.

3. Следует развить в малыше умение социального общения. Помогайте стимулировать активность малыша. Помните, пассивность характерна для застенчивых детей. Избегайте социального изолирования вашего ребенка. Выработайте сценарий поведения и дайте роль ребенку. Даже сильно стеснительные дети принимают роль и ведут себя согласно ей. Влияйте на поведение, а не личность малыша. Гардероб и прическа не должны тревожить ваше чадо. Важен уровень знаний. Чтобы ответить, надо знать, что отвечать. Обучите малыша ритуальным действиям, принятым в обществе, таким как приветствие, прощание, знакомство. «Поглощайте», уводите в другом направлении тревожность и стресс.