

Государственное казенное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 31
«Сказка»

«Преодоление застенчивости в дошкольном возрасте»

Выполнил:

социальный педагог
СМП «Надежда»

Тен Е.Н.

г. Невинномысск, 2022

Как помочь ребёнку преодолеть застенчивость. Что необходимо знать родителям и педагогам.

Как проявляется застенчивость, что является причиной её возникновения у детей, как оказать поддержку застенчивому ребёнку? Давайте подробно рассмотрим это сложное состояние, которое свойственно не только детям, но и взрослым, и является наиболее распространённой причиной осложнения общения, вызывая повышение тревожности, нежелание общаться с окружающими, отгороженность, снижение активности.

Застенчивые дети испытывают большие трудности в поиске друзей, не просят о поддержке, стараются быть незаметными, тихими. Такого ребёнка легко выделить в группе детей: его «выдают» зажатость, скованность движений, ребёнок избегает прямого взгляда, втягивает голову в плечи, всей своей позой сигнализируя: «Я застенчив». Уже в 3 года внимательный педагог может заметить отдельные проявления застенчивости у ребёнка: малыш сидит в стороне, не играет, не проявляет активности в игре, а ждёт, пока кто-нибудь из сверстников или взрослых не предложит им поиграть. В экспериментальных исследованиях психологов выявлено, что дети, которые вели себя застенчиво в 3 года, сохранили это качество до семи лет, а самые сильные проявления приходятся на возраст 5 лет.

Причины возникновения застенчивости:

- высокая возбудимость нервной системы и высокая (даже излишняя) чувствительность к стрессам, обычным социальным ситуациям, острое реагирование на любую угрозу;
- наследственность: у застенчивых и инвертированных родителей чаще всего бывают застенчивые дети. Пока учёные не обнаружили генов, которые отвечали бы за наличие или отсутствие застенчивости, но очевидно, что дети копируют черты характера, свойственные родителям, чьё поведение является образцом для ребёнка;
- обострённое ожидание и восприятие оценки взрослыми. У застенчивых детей с возрастом формируется парадоксальное отношение к похвале взрослого: его одобрение, похвала вызывает не только радость, но и смущение;
- ошибки воспитания, когда ребёнка, например, сравнивают с его братьями, сёстрами, другими детьми, по мнению родителей, более успешными. У ребёнка накапливается отрицательный опыт, нарастает беспомощность, страх, скованность, ощущение непризнанности другими. Заниженная самооценка, неуверенность в себе затрудняют общение со сверстниками и вызывают социально пассивное поведение, которое нередко сопровождается тревожностью;

- неуверенность в положительном отношении к нему взрослого: ребёнок одновременно и желает, и боится привлечь к себе внимание взрослого, выделиться, оказаться в центре внимания;
- гиперопека: нездоровое отношение к ребёнку, вследствие чего сын или дочь не могут получить нужный опыт и навыки, чтобы стать психически и эмоционально здоровой личностью. При гиперопеке ребёнок не имеет в семье ни права голоса, ни права на собственные желания и предпочтения, у ребёнка нет социальной независимости;
- низкий уровень развития общения, замкнутость, затруднения в контакте с другими людьми — взрослыми и сверстниками — мешают ребёнку включиться в коллективную деятельность, как в игровую, так и в учебную.

Таким образом, главной задачей взрослых становится помощь ребёнку в преодолении данного «недостатка», задача сформировать у него желание общаться. Она вполне разрешима, если начать заниматься своевременно, пока ещё не закрепился определённый стиль поведения.

Пути решения проблемы застенчивости. Рекомендации родителям:

Детская застенчивость – явление преходящее, исчезающее вместе с опытом установления контактов. Предупредить и устранить застенчивость у детей можно, если постараться расширить круг общения: чаще приглашать к нему друзей, вместе с ребёнком ходить в гости к знакомым людям, родственникам, расширять маршрут прогулок, учить ребёнка спокойно относиться к новым местам. Посещайте детские представления, театры, музеи, выставки и тогда у вас появятся новые интересные темы для обсуждения, возможность эмоционально насыщенного общения.

Попробуйте привлекать своего малыша к выполнению различных поручений, связанных с общением, создавайте такие ситуации, в которых ребёнку пришлось бы вступить в контакт с незнакомыми людьми, при этом мягко побуждайте отвечать на вопросы, стимулируйте его так, чтобы ему захотелось высказаться, рассказать что-либо о себе. Старайтесь сами чаще быть примером уверенного, гибкого и контактного поведения. Опекайте ребёнка ненавязчиво, так, чтобы он не чувствовал вашей излишней опеки. Дайте ему определённую меру свободы и возможности самостоятельных открытых действий. Не повторяйте распространённую ошибку родителей, которые на каждом шагу говорят: «Какой ты у меня застенчивый!» при посторонних, не здоровайтесь вместо ребёнка и не говорите вместо него.

Итак, родителям необходимо постоянно подкреплять в ребёнке уверенность в себе и в своих силах; привлекать к выполнению различных поручений, связанных с общением, расширять круг знакомств, безусловно позитивно относиться к ребёнку — принимать со всеми достоинствами и недостатками, проявлять такт и терпение, не давая воли чувству неудовлетворённости и желанию сию же минуту ребёнка изменить.

Как взаимодействовать с застенчивыми детьми. Рекомендации педагогам:

Взаимодействие педагогов с детьми, их общение происходит постоянно, с того момента, как ребёнок переступает порог детского сада. Воспитатель в группе — самый главный человек для маленького ребёнка, это второй значимый взрослый в жизни ребёнка после родителей. Ребёнок безоглядно доверяет воспитателю, наделяет его непререкаемым авторитетом и всеми достоинствами: красотой, умом, добротой, а опытный и чуткий педагог всегда внимателен к чувствам и переживаниям ребёнка.

Ребёнок с застенчивостью фиксирован на своей личности: всё, что он делает, пропускает через себя, но именно он может стать хорошим другом, так как очень чувствителен, способен уловить тонкие нюансы настроения других людей, совершенно неагрессивен и ненавязчив. В большинстве своём такие дети очень наблюдательны, ответственны и щепетильны.

Совершенно ясно, что первым и самым необходимым в работе воспитателя будет *развитие навыков социального взаимодействия*. Для этого нужно создать мотивацию на общение и приобретение коммуникативных умений (коллективные игры, создание и проигрывание различных ситуаций). Маленьким детям сложно встать на позицию другого человека, но они способны к сопереживанию, поэтому в детском саду (да и дома) нужно начать с создания условий для *сопереживания радости*, умения справляться с собственными огорчениями, научиться радоваться успехам других и сопереживать неудачам. При этом ребёнка с застенчивостью постараться включать в любую новую игру постепенно: пусть он сначала ознакомится с правилами игры, посмотрит, как в неё играют другие дети и лишь потом, когда он сам захочет, станет её участником. Педагогу необходимо добиться, чтобы ребёнок в игре со взрослым и другими детьми сначала сопереживал вместе с педагогом, а потом и сам активно делился своими переживаниями от ярких впечатлений, то есть преодолел робость.

Далее эффективно использовать *игры, включающие телесный контакт, упражнения на расслабление, дыхательные упражнения (с использованием элементов музыкотерапии)*.

Следующим этапом будут *игры на формирование чувства уверенности и доверия к окружающим*. Игры, способствующие повышению самооценки ребёнка с застенчивостью, можно использовать на любом этапе работы. И наконец, закрепляя полученные коммуникативные умения, использовать различные *творческие игры и задания, предполагающие более свободное и открытое общение со сверстниками*.

Коррекционная работа педагога с детьми в группе может строиться с помощью педагога-психолога дошкольного учреждения, который проведёт наблюдение и диагностическое обследование психологических особенностей по запросу воспитателя, даст необходимые рекомендации. Результатом совместной работы воспитателя и педагога-психолога может стать

реализация коррекционно-развивающих занятий с детьми, индивидуальная помощь родителям и детям в преодолении этой проблемы.

На занятиях (индивидуальных и групповых) необходимо создать очень тёплую доверительную обстановку, благодарить детей за их дружбу, помощь, поддержку, поощрять проявлять свои чувства и говорить о них.

Застенчивость – это сложное состояние, и оно может оказывать самые разнообразные воздействия – от ощущения легкого дискомфорта до необъяснимого страха перед людьми и тяжелых неврозов. По мнению В.Н. Куницыной, застенчивость – это свойство личности, которое возникает у человека, постоянно испытывающего трудности в определенных ситуациях межличностного неформального общения; проявляющегося в состоянии нервно-психического напряжения и отличающиеся разнообразными нарушениями психомоторики, речевой деятельности, эмоциях, волевых, мыслительных процессов и рядом специфических изменений самосознания. Американский психолог Филипп Зимбардо выделял ряд обусловленных застенчивостью трудностей, которые возникают в межличностных отношениях взрослых и детей. Среди них такие, как затруднения при знакомстве с людьми, возникающее отрицательное эмоциональное состояние в ходе общения, трудности в выражении своего мнения, излишняя сдержанность, неудачное предъявление себя, затрудняющая адекватную оценку застенчивого человека другими людьми, чрезмерная сосредоточенность на себе и др. Застенчивость свойственна многим детям и взрослым. Ее можно назвать наиболее распространенной причиной осложнения общения. Данная проблема исходит своими корнями из детства и чем раньше ее обнаружить и предсказать, тем последствия данной проблемы будут не такими удручающими. В психологии существует несколько подходов к этой проблеме. Так, психоанализ выделяет в ней синдром неудовлетворенного Эдипова комплекса, бихевиоризм – приобретенную реакцию страха на социальные стимулы. Социологи связывают застенчивость с чувством личного неблагополучия и ищут корни ее в социальном Я. Сторонники экзистенциальной психологии также подчеркивают связь застенчивости с чувством личной незащищенности, внезапным страхом быть отвергнутым другими людьми. Исследовали личностных черт рассматривают застенчивость как повышенную чувствительность к опасности, имеющую врожденный характер. Вместе с тем все психологи отмечают связь застенчивости с особенностями самосознания ребенка и связанного с ним отношения к людям: неуверенность в себе, отрицательная самооценка, недоверие к окружающим.

Основные особенности поведения застенчивости:

1. внешнее поведение ребенка, сигнализирующее другим «Я застенчив»;
2. физические симптомы беспокойства, например красное от волнения лицо и т.д.;
3. внутреннее ощущение смущения и неловкости, перед которым отступают все другие чувства;
4. боязнь каким-либо образом проявить себя, например ответы таких ребят на вопросы учителя едва можно расслышать или чаще этот ответ «не знаю», так как боятся сделать что-нибудь не правильно;
5. сидят в стороне и ждут, пока кто-нибудь не предложит им поиграть; как правило, они отклоняются от инициативы первыми начать разговор, затеять какое-нибудь дело, высказать новую идею, задать вопрос или добровольно предложить свои услуги.
6. избегают сложных неоднозначных ситуаций;
7. общаясь с приятелями, они говорят мало, больше времени проводят за партой, меньше отвлекаются;
8. они послушны и редко являются возмутителями спокойствия, но в то же время они редко других получают поощрение;
9. они реже дают сдачи;
- 10.они не обращаются за помощью, если не могут сделать задание самостоятельно;
- 11.в рассказе о себе представляют унылую картину;
- 12.потливость;
- 13.дрожь;
- 14.учащение сердцебиения;
- 15.стесненное дыхание;
- 16.опущенные вниз глаза;
- 17.тихий голос;
- 18.скованность мышц и движений.

Причины возникновения застенчивости:

1. застенчивость возникает в результате неправильного воспитания;
2. генетическая предрасположенность;
3. отношение к ребенку значимых для него людей;
4. сравнение ребенка с братьями, сестрами или сверстниками и деляя оценки не в его пользу, существенно снижая его самооценку, побуждая тем самым избегать контактов с людьми;
5. обзывание, высмеивание, что так же не способствует развитию открытости и общительности;
6. потребность в уважительном отношении к ним со стороны взрослых;
7. возникновение застенчивости в связи с подготовкой к школе;
8. Низкий уровень развития общения, замкнутость, затруднения в контакте с другими людьми – и взрослыми, и сверстниками – мешают ребенку включиться в коллективную деятельность, стать полноценным членом в детском саду или в школе;
9. к моменту поступления в школу у застенчивого ребенка уже складывается определенный стиль поведения, своеобразное поведение в обществе, он уже отдает отчет в этом своем «недостатке»;
10. интровертированная мать, чье поведение является образцом для ребенка. Такая мать избегает общения с людьми, углубляется в свои переживания, в итоге ребенок, если не получает с раннего детства опыта другого поведения, часто становится похожим на нее;
11. не уверенность в себе;
12. родились такими;
13. страх;
14. сомнения в себе;
15. скрытность и боязнь чего-то;
16. им чего-то не хватает, наверное, открытости;
17. эти дети стесняются своего лица или одежды;
18. они думают, что все их презирают и не уважают;

19.люди бывают стеснительными, если они в чем-то не уверены;

20.боятся показаться хуже других;

21.считают, что отличаются от других.

Существует множество факторов, обуславливающих возникновение застенчивости, точно так же существует и много определенных ситуаций, вызывающих застенчивость как реакцию на данную конкретную ситуацию. Ниже перечислены категории людей и типы ситуаций, способных вызвать подобную реакцию: Причины застенчивости (материал для стенда или консультации) Давно доказано, что застенчивость никак не связана с умственными или интеллектуальными способностями ребенка. И вообще, застенчивыми не рождаются, а становятся. Факторы, формирующие застенчивость у ребенка дошкольника:

1. Жесткий контроль со стороны семьи. Если в семье ребенок является объектом постоянного контроля – обычно из него вырастает забитый, беспомощный «тихоня». Если любое проявление его активности и любознательности одергивается фразами: «Не трогай», «Не ходи туда», «Не делай так», «Сиди спокойно» - то, конечно, все зачатки самостоятельности в нем стремительно тают. К той же категории относятся и дети из семей, где родителям, по сути, нет никакого дела до своего чада, и единственное, чего от него требуют – это сидеть тихо и не доставлять беспокойства родителям. В такой ситуации необходимо усмирить свои «командирские наклонности» и начать следовать принципу: «Если нельзя, но очень хочется – то можно!» Ребенок хочет рисовать на обоях? Пусть рисует, но не на наклеенных, а на старом рулоне. Дитячко желает бегать по лужам? Пусть наденет резиновые сапоги и непромокаемую одежду – и вперед! Подумайте сами: если требовать от ребенка идеального послушания - разве можно его потом упрекать в безынициативности, застенчивости и робости?

2. Наследственность. Если родители малообщительны, а в семье принято «бояться людей» и стремиться ограждать себя и малыша от всех мировых неприятностей – неудивительно, что ребенок вырастет таким же замкнутым. Кроме того, такие родители склонны обвинять весь мир в том, что он настроен недоброжелательно к их ребенку. Конечно, в итоге у малыша будет боязнь всех и вся! Ведь когда зимой все идут на новогодние представления или кататься с горки – он сидит дома, ведь «зимой в людных местах можно подхватить ужасные вирусы, а катаясь с горки – сломать шею». Когда летом все катаются на велосипедах и лазают по деревьям – он тихонько идет по

обочине, «чтобы его не сбили сумасшедшие велосипедисты», а самому кататься на велосипеде или лазить по деревьям «очень опасно, ведь можно сломать ногу-шею-руку»! Конечно же, и общение таких детей с людьми будет происходить на расстоянии «не менее 5 метров», в результате чего у ребенка не будет абсолютно никаких коммуникативных навыков. А вечное сидение дома или пешие неторопливые прогулки не лучшим образом будут влиять на его физическое развитие. В этом случае родители должны пересилить себя и свой страх за «дитяtko» - и позволить ему кататься на велосипеде, ходить на представления, общаться с детьми, приводить их в гости. Если будет совсем тяжело – валерьянка всегда придет на помощь!

3. Родители-активисты. Другая крайность родительского воспитания – это излишне активные и коммуникабельные родители, у которых в доме всегда много гостей и которые легко заводят новые знакомства. Конечно же, они просто не могут понять, как их ребенок может быть не таким, как они. И раскрепощают такие родители свое чадо весьма прямолинейно: записывают на курсы актерского мастерства, в балетную школу, заставляют на каждой встрече друзей (коих может быть до 5 в неделю) рассказывать стихи, петь и плясать. И, естественно, все свои телодвижения родители-активисты сопровождают фразами: «Ну разве так сложно сказать «Здравствуйте»???»», «Неужели ты не можешь попросить игрушку и мальчика Пети?» и др. Конечно, для родителей-холериков все проще простого. А вот для ребенка-меланхолика подвигом считается даже просто взглянуть незнакомому человеку в глаза. В этом случае родителям стоит поумерить свои амбиции и признать право ребенка на индивидуальные черты характера. А вместо курсов актерского мастерства лучше записать его в кружок по кройке и шитью, вязанию, спортивную секцию и т.д. Если у Вашего ребенка возникает конфликт со сверстниками – старайтесь взять на себя не функции «вершителя судеб» вроде: «Сейчас папа пойдет и разберется», а все-таки ограничьтесь советами своему малышу, как разрешить ту или иную ситуацию. Кроме того, хороша будет Ваша функция посредника, когда Вы громко проговорите оппоненту то, что тихонько пробормотал Ваш малыш, не сопровождая это собственными комментариями.

4. Интеллигентная среда Если Ваш ребенок – стандартная иллюстрация «ботаника-очкарика с книжкой под мышкой» в курточке «из натуральных материалов а-ля 50-е», а воспитанием его занимается в основном бабушка - то неудивительно, что он застенчив. Наверняка, дома ему прививают утонченную культуру, привычку носить все «натуральное и качественное немаркого цвета», а не синтетические «попугайские наряды». А в детском

саду или школе, при столкновении с настоящей жизнью, ребенка начинают обуревать противоречивые чувства: ведь дети вокруг носят синтетические «попугайские наряды», жуют «смертельно вредную» жвачку, играют в компьютерные игры, «разрушающие мозг» - и Вашему ребенку начинает хотеться того же самого! Его внутренние установки вступают в конфликт с желаниями – что безумно сложно для маленького ребенка и провоцирует у него настороженное отношение ко всему вокруг! Чтобы сделать Вашего малыша счастливым, Вам необходимо изменить некоторым своим установкам. Например, нужно внушить ребенку, что есть много мнений, а не единственное правильное мнение мамы или бабушки: «Да, Петя ходит в яркой китайской синтетической футболке, а ты надеваешь серую хлопчатобумажную. И то, и другое хорошо и красиво». Но все-таки, желательно сделать так, чтобы ребенок не сильно выбивался из общества сверстников. Поэтому, может быть, покупка чего-то вредного, но такого заманчивого, не будет трагедией?

5. Пережитый стресс. Бывает и так, что застенчивость ребенка является естественной реакцией на пережитый в жизни стресс: переезд и переход в другой детский сад или школу, где малыша начали публично унижать, неудачи во взаимоотношениях со сверстниками, развод родителей или травля в школе. Помочь такому ребенку можно только разговорами и постепенным выводением из него последствий стресса. Возможно, что появится необходимость обратиться к психологу.

Люди, вызывающие застенчивость других людей:

1. незнакомцы;
2. авторитетные личности (в силу своих знаний);
3. представители противоположного пола;
4. авторитетные личности (в силу своего положения);
5. родственники и иностранцы;
6. люди старшего возраста (для молодежи);
7. друзья;
8. дети (для людей старшего возраста);
9. родители;

10. братья и сестры (реже всего).

Ситуации, вызывающие застенчивость:

1. пребывание в центре внимания большой группы людей, например, выступление с речью;
2. более низкий статус по отношению к окружающим;
3. ситуации, требующие от человека уверенности в себе;
4. новая обстановка;
5. ситуация, в которой вас оценивают;
6. уязвимость (потребность в чужой помощи);
7. общение наедине с представителем противоположного пола;
8. светское общение;
9. пребывание в центре внимания небольших групп людей;
10. участие в целевой деятельности небольшой группы людей.

Застенчивые люди начинают волноваться, когда им приходится выполнять какие-то действия в незнакомой обстановке, привлекая внимание и критические замечания окружающих, которые кажутся им требовательными и влиятельными. Подобные ситуации вызывают беспокойство даже у вполне уверенных в себе людей. Но такие люди воспринимают беспокойство лишь как сигнал к более активным действиям, направленным на контролирование ситуации. Это похоже на то, как спортсмен воспринимает выброс адреналина перед началом соревнований всего лишь как нормальное возбуждение, вызванное предстоящим поединком, а не как страх перед возможным поражением. Зачастую мысль о застенчивости возникает под воздействием стереотипных представлений о нашей реакции на те или иные ситуации (очень часто искаженные). Таким образом, одним из методов лечения от застенчивости является замена подобных мыслей на другое, побуждающие человека к более конструктивным действиям. Для решения задач застенчивости большое внимание в работе психолога уделяется проведению тренинговых занятий с элементами игротерапии, арттерапии. Нужно выработать определенный стиль поведения с такими детьми. Это касается и педагогов, и родителей.

Пути решения проблемы застенчивости (материал для консультирования родителей)

1. Помочь ребенку расширить круг своих знакомств: чаще приглашать к нему друзей, вместе с ребенком ходить в гости к знакомым людям, расширять маршрут прогулок, учить ребенка спокойно относиться к новым местам.
2. Не стоит постоянно беспокоиться за ребенка, стремиться полностью, оберегать ребенка от возможных опасностей, не стремиться самим делать все за ребенка, предупреждать любые затруднения. Дать ребенку определенную меру свободы и возможности открытых действий.
3. Постоянно подкреплять у ребенка уверенность в себе, в собственных силах и возможностях. Помочь ребенку найти в себе-то хорошее, за что они могли бы себя уважать. Хвалите ребенка и научите его принимать похвалу от других.
4. Начать привлекать ребенка к выполнению различных поручений, связанных с обществом, создать ситуации, в которых застенчивому ребенку пришлось бы вступать в контакт с «чужими взрослыми».
5. Не нужно доверять чужому мнению о ребенке, потому что чужая оценка сделана в другом месте, в другое время и при неизвестных обстоятельствах. Прежде чем судить о поведении ребенка, нужно разобраться в вызванных его условиях, причинах. Выслушайте мнение самого ребенка, попутайтесь понять и принять его точку зрения.
6. Безусловное позитивное отношение - принятие ребенка со всеми достоинствами и недостатками, не давая воли чувству неудовлетворенности и желанию сию же минуту ребенка изменить.
7. Создайте атмосферу доверия в своем доме, стимулируйте ребенка. Чтобы он говорил вам о своих проблемах, выслушайте его, проявите сочувствие.

Необходимо:

постоянно подкреплять в ребенке уверенность в себе и в своих силах; привлекать ребенка к выполнению различных поручений, связанных общением; расширять круг знакомств.

Работа педагога с застенчивыми детьми:

Быть очень деликатным с ним и не разочаровываться в нем. Не отвергать его и не использовать авторитарный метод воспитания. Не превращать ребенка в Золушку. Все делать так, чтоб ребенок не чувствовал себя незащищенным и зависимым от Вас. Гасить тревогу по любому поводу. Повысить уровень его самооценки. Учить, чтобы он уважал себя. Хвалить и делать ему комплименты. Формировать уверенность в себе. Помочь ему найти все то, в чем он намного превосходит своих сверстников и этой сильной стороной уравновесить слабую, как средство компенсации всех недостатков. Учить ребенка идти на разумный риск, уметь переносить все поражения. Тренировать с ним навыки общения. Любыми способами поощрять все игры его со своими сверстниками. Помочь найти такого друга, который защищал бы его в среде ровесников. Не сравнивать его обычным внешним обликом другими, более смазливими детьми и не оценивать достоинства ребенка шкалой красоты. Не критиковать вслух ум этого ребенка. Не создавать такие ситуации, в которых он ощущал бы себя неполноценным и был объектом даже самых невинных шуток и насмешек. Ребенок должен ощущать, что он неповторим. Быть нежным с ним. Сочувствовать ему. Поддерживать его. И сделать первым первым шагом ему навстречу, чтобы перекинуть мост доверия, который соединил бы еще крепче Вас и ребенка. Как НЕ надо вести педагогу с застенчивым ребенком. Специально культивировать застенчивость и комплекс гадкого утенка у ребенка. 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.

Проведение работы с родителями содержит 4 этапа:

1 этап – направлен на ознакомление их с психологическими особенностями застенчивого ребенка, с методом педагогического воздействия на него, с индивидуальным подходом к таким детям;

2 этап – развитие коммуникативных способностей;

3 этап – нацелен на изменение неадекватной родительской позиции и закрепление эффективных форм родительского воздействия в процессе воспитания детей;

4 этап – обеспечение закрепления новых способов общения.

Работа с педагогами – теоретическая и практическая.

Работа с ребенком – проводится в групповой и индивидуальной форме. Используется игротерапия и введение вспомогательных методов: метод конгруэнтной коммуникации, элементы сказкотерапии, арт-терапии, психогимнастики.

Коррекционная работа с детьми в группе строится поэтапно:

1 этап – создание мотивации на общение и приобретение коммуникативных умений (игротерапия, сказотерапия, конгруэнтной коммуникация, релаксация).

2 этап – обучение детей устанавливать контакт (коллективные игры, проигрывание ситуаций, рисование, релаксация).

3 этап – развитие эмоционального мира ребенка (игротерапия, психогимнастика, релаксация).

4 этап – творческое применение коммуникативных умений (творческие игры, свободное общение со сверстниками).

Для выявления застенчивости используются: опросник для родителей (модификация ДМО Л.Н. Собчик); методика «Проба на застенчивость» разработанная Л.Н. Галигузовой; сочинения для воспитателей «Застенчивый ребенок. Какой он?»; комплекс методик Л. Хухлаевой «Лесенка»; диагностика уровней привязанности Р.Р. Камениной и т.д.

Помочь ребенку преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться – задача и психолога, и педагогов, и родителей. Она вполне разрешима, если начать заниматься своевременно. Ведь с течением времени у застенчивого ребенка уже складывается определенный стиль поведения, он начинает замечать имеющийся «недостаток». Фиксация внимания на особенностях своего характера и поведения вызывает еще большую скованность, усиливает неуверенность и страх перед общением. При воспитании ребенка следует придерживаться следующих рекомендаций (материалы для консультирования родителей застенчивого ребенка): Не нужно сравнивать ребенка с другими детьми. Тем более – акцентировать внимание на его неудачах. При работе с застенчивыми детьми нужно подмечать любые малейшие его достижения. Это будет воодушевлять ребенка и повышать его самооценку. Родители ошибочно считают, что, сравнивая и подначивая ребенка, смогут сыграть на его эго и заставить расти во многих вопросах. Да, они отчасти всколыхнут эмоции малыша, но

здетое самолюбие будет мешать ему выполнить задачу. Он потерпит неудачу, и это спровоцирует занижение самооценки. Не нужно требовать от ребенка быстрого выполнения тех или иных задач. У всех разный склад ума и реакция. Один быстро схватывает и также быстро забывает, другой вдумчиво разбирается в проблеме и закрепляет навыки на всю жизнь. И большой вопрос, какая из схем наиболее удачная. Давайте ребенку возможность ознакомиться с ситуацией в своем ритме. Застенчивый ребенок дольше привыкает к людям, ситуациям, обстановке. Не заостряйте внимание на этих его особенностях. Не нужно десять раз повторять вопрос. Задайте его один раз и дайте возможность подумать. Не нужно заставлять застенчивого ребенка примерять на себя не свойственные ему образы. Например, быть смелым и решительным, когда ему это совершенно не свойственно. Пусть ребенок чувствует защиту ровно до того момента, пока у него не возникнет желания самостоятельно делать решительные шаги. Толкая ребенка к самостоятельности, которую он не может подкрепить собственным темпераментом, вы таким образом оставляете его одного в чуждом для него мире. Не бойтесь любить своего малыша. Излишняя опека и лишение его возможности принимать самостоятельные решения, конечно, недопустимы, но не нужно на маленькие плечи взваливать весь груз ответственности за собственное существование. Вы были даны своему ребенку, чтобы помогать ему в его первых шагах. Не унижайте ребенка и не кричите на него. Тем более в присутствии других детей. Потерять авторитет среди сверстников – тяжелая ноша для ребенка. Пересмотрите свои требования к ребенку. А не завышены ли они? Развить комплекс неполноценности можно быстро, гораздо сложнее – потом бороться с ним. По мере возможностей создавайте для застенчивого ребенка ситуации, в которых бы он смог себя проявить, завоевать уважение сверстников. почаще устраивайте совместные мероприятия с друзьями малыша, вывозите детей на природу, играйте с ними в игры. Дети всегда ждут оценки взрослых, т.к. им тяжело оценить результаты своего труда. Негативные оценки могут поставить крест даже на талантливом ребенке. Если малыш нарисовал картину, обязательно похвалите его. Если у вас есть замечания, формулируйте их в рекомендательном ключе, используйте формулировки «а вот еще приукрасить можно так-то», «а вот эту фигуру можно выделить вот так» и т.д. и т.п.