**как вести себя с застенчивым ребенком**

● Быть деликатным с ним.

● Не отвергать его и не использовать авторитарный метод воспитания, насильно заставляя его проявлять активность.

● Все делайте так, чтобы малыш чувствовал себя защищенным и независимым от вас.

● Гасите тревогу по любому поводу.

● Повышайте уровень его самооценки.

● Учите, чтобы он уважал себя.

● Формируйте уверенность в себе. Хвалите его и делайте ему комплименты.

● Помогите найти ему все то, что в чем он превосходит своих сверстников, и этой сильной стороной уравновесить слабую, как средство компенсации всех недостатков.

● Учите ребенка идти на разумный риск, уметь стойко переносить поражения.

● Тренируйте с ним навыки общения со сверстниками и взрослыми.

● Любыми способами поощряйте его игры со сверстниками.

● Помогите ему найти такого друга, который защищал его в среде сверстников.

● Не создавайте такие ситуации, в которых он бы ощущал себя неполноценным и был объектом даже самых невинных шуток и насмешек.

● Будьте нежными с ним.

● Поддерживайте, сочувствуйте ему.

● Старайтесь, чтобы между вами и вашим ребенком было полное доверие.

**как надо вести себя с ребенком,**

**испытывающим страх.**

● При выборе воспитательных мероприятий, учитывайте, что страх имеет непроизвольный, неосознанный характер.

● Помните, что малыш не может управлять своим поведением и не владеет собой. Поэтому словесные убеждения могут быть неэффективны.

● Ни в коем случае не запугивайте ребенка.

● Обучайте терпимостью к страху и управлению им, а в некоторых случаях и противодействию источнику страха (например, пусть ребенок сам запугает драчуна, которого боится).

● Не перегружайте ребенка пугающими его сказками и историями.

● Если малыш боится темноты и замкнутого пространства, тогда зажгите ночник, откройте двери, побудьте рядом с ним.

● Если ребенку страшно спать, пусть возьмет с собой в кроватку любимую игрушку.

● В некоторых случаях, у более старших детей, можно попытаться уменьшить страх следующим приемом: «Ты ведешь себя как маленький испуганный котенок».

● Постарайтесь проиграть пугающее малыша событие таким образом, чтобы страшное показалось смешным или обыденным в повседневности. Например, если ребенок боится собак, то затейте игру в пограничника, где он будет с любимой собакой охранять границу. Или расскажите, как переживала собака, когда малыш убегал от нее, потому что она очень хотела с ним подружиться. Необходимо, чтобы после игры у ребенка было убеждение, что страх его напрасный.

● Главное, не принуждайте ребенка делать то, что он еще не в силах сделать.