

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД № 297 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»

**Консультация для родителей( законных представителей)  
«Застенчивый ребенок»**

Четырехлетняя Лена робко жметесь к ногам мамы, пока двое детей - ее друзей - оживленно играют на площадке. “Ну что же ты, подойди, это же твои знакомые, неужели забыла?” - уговаривает Лену мама. Она тянет малышку за руку: “Олечка, Дима, примите Лену в игру!”. “Давай с нами!”, - бросает через плечо пятилетний Дима и продолжает строить шалаш из веточек. А Лена так и остается стоять в сторонке, не решаясь принять участие в общем деле.

Почему так бывает: одни детки бойкие и активные, а другие робкие и застенчивые? Как помочь застенчивому малышу стать общительнее и раскованней? Если вы задаетесь этими вопросами, помните: вместе с вами ответ на них ищут примерно пятая часть всех родителей.

**Природная предрасположенность**

Еще в шестом веке до нашей эры Гиппократ выделил четыре типа личности, которые мы позже стали называть темпераментами. В пятидесятые годы XX века исследователи вновь вернулись к изучению качеств человека, стойко сопровождающих его с раннего детства и до старости. Самыми распространенными оказались сдержанность и недостаток ее. Психолог Дером Каган описывает, что сдержанные дети проявляют свой темперамент с первого дня после рождения, реагируя на все новое с осторожностью и нерешительностью. Такие дети склонны отступать или раздражаться при встрече с незнакомыми явлениями, пугаться незнакомых, искать убежища у матери. Согласно исследованиям, около 20 % здоровых малышей легко возбуждаются от незнакомого окружения и потом тяжело успокаиваются. Большая часть из них в последствии становятся несмелыми, осторожными детьми.

Родителям очень важно правильно воспитывать застенчивого ребенка, чтобы не усугубить его стеснительность, а наоборот сгладить ее. Вырастет ваш малыш нелюдимым и нервным или спокойным и наблюдательным во многом зависит от вас.

**Ошибки в воспитании**

Глубинные причины застенчивости следует искать в раннем детстве. Ощущение СЕБЯ в возрасте до пяти лет является базой для формирования внутреннего мира взрослого человека.

Застенчивость прежде всего связана с низкой самооценкой, которая проявляется в том, что малыш оценивает свои возможности и способности ниже, чем они есть на самом деле. Психологи часто трактуют застенчивость, как "склонность к уединению и скрытность по причине неуверенности в себе", "неловкость в присутствии других людей". Свои страдания застенчивые дети переживают молча, не делясь с окружающими, тем не менее, весь их внешний облик говорит: "Я - застенчив". Застенчивость во внешнем поведении проявляется в скованности и неловкости движений, в замкнутой сосредоточенности лица ребенка. На физиологическом уровне - даже в учащении пульса и дыхания.

Формированию этой черты могут способствовать: ранняя и потому болезненная разлука с матерью, которая является причиной излишней чувствительности и зависимости ребенка от эмоционального состояния окружающих людей, что, в свою очередь, формирует у него застенчивость и неуверенность; излишняя принципиальность и строгость родителей, зависимость проявлений внимания и любви от того, насколько оправдываются ожидания отца и матери; завышенные требования и ожидания по

отношению к ребенку, которые часто являются причиной его проблем в дальнейшей, взрослой жизни.