**Консультация для родителей**

 **на тему: «Как помочь застенчивому ребенку?»**

Кузьмина Наталья Львовна, воспитатель

МБДОУ «Детский сад № 40 «Радость»

Города Новочебоксарска Чувашской республики

К детской застенчивости у родителей часто двойственное отношение. С одной стороны, эта черта в ребенке умиляет. К тому же, можно быть уверенным, что застенчивый ребенок не выкинет неожиданно какую-нибудь штуку. Стало быть, и краснеть за него не приходится. Но при этом родители сокрушаются, каково будет такому стеснительному во взрослой жизни. Все застенчивые люди похожи друг на друга, и дети в том числе. Они испытывают одни и те же чувства в общении с другими людьми: скованность, неловкость, боязнь начать или поддержать разговор. Эти чувства особенно усиливаются, если они попадают в неожиданную ситуацию общения, в незнакомое общество или в большую компанию.

Застенчивый человек убежден, что все внимание окружающих направлено только на него. И что это внимание обязательно негативное. Что окружающие критически оценивают его внешность и поведение, видят все его недостатки и т.д.

Если ваш ребенок растет застенчивым, как ему помочь?

- Не высказывайте ему свою тревогу по поводу этой черты и тем более не упрекайте ребенка. Не ставьте в пример других детей. Не обещайте ему всевозможные затруднения из-за застенчивости в будущем.

- Не выделяйте застенчивость как главную черту своего ребенка. Лучше подчеркивайте в разговорах с ним и с другими людьми его сильные стороны. Например, деликатность, способность понимать чувства других, сдержанность, осторожность и т.д.

- В ситуации явного отказа от общего разговора или игры не стыдите и не принуждайте. Попробуйте просто описать его чувства в данный момент: "Похоже, что тебе сейчас не хочется играть (разговаривать, бегать и т. д.)".

- Старайтесь сами проявлять активность в общении. Побуждайте ребенка дома больше разговаривать.

- Будьте рядом, когда вокруг много незнакомых людей. Не заставляйте сына или дочь попадать в неприятные для них ситуации. Но понятно, что не следует и излишне опекать ребенка.

- Предоставляйте на выбор разнообразные занятия. Заметив успешность ребенка в каком-то деле, подскажите, как он может использовать свои новые знания или умения в общении с другими ребятами. Ведь нередко застенчивый ребенок считает себя неинтересным для других людей.

- Если в жизни ребенка предстоят большие изменения, помогите ему с наименьшими потерями приспособиться к новой обстановке и людям. Например, побывайте с ним заранее в новой школе или классе, познакомьте с учителями и ребятами. Проиграйте с ним возможные ситуации – что он может увидеть, услышать, что ответить.

Ребенку нужно видеть, что его близкие получают удовольствие от общения с ним самим и с другими людьми. Больше контактов с детьми и взрослыми разного возраста, в разных ситуациях- лучшая профилактика застенчивости. Это могут быть общие праздники, спорт, театральная студия и многое другое.