

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка – детский сад №4 «Одуванчик»
города Новоалтайска Алтайского края

Консультация для родителей
«Как помочь ребенку преодолеть застенчивость»

Составила:
воспитатель
Воробьева Екатерина Давидовна

Новоалтайск, 2023г.

Цель: повышение компетентности родителей в вопросах преодоления застенчивости у ребенка.

Образовательные задачи: раскрыть содержание понятия «застенчивость» и её негативное влияние на развитие личности ребенка; выяснить причины застенчивости и познакомить со способами её преодоления.

Развивающие задачи: развивать коммуникативные навыки.

Воспитательные задачи: воспитывать доброжелательные детско-родительские отношения.

Форма проведения: беседа.

Участники: родители, воспитатель.

Место проведения: помещение группы.

Оборудование: памятка для родителей, набор картинок с эмоциями.

Ход беседы.

Воспитатель приглашает родителей на беседу в удобное для них время.

Здравствуйте! Благодарю Вас, что откликнулись на моё приглашение побеседовать о волнующей нас теме, выявить проблемы и найти решение.

Дети старательные, аккуратные. Все делают не спеша, но стараются очень тщательно. На занятиях внимательные. Однако я заметила, что дети испытывают некоторые трудности в ситуациях общения. Выказывают робость, стеснение при обращении с ними как взрослых, так и других детей. На занятиях девочки не отвечают на обращенный к ним вопрос даже, если знают ответ или его просто нужно повторить, или отвечают очень тихо. В играх участвуют только с некоторыми 1-2 детьми. Отказываются выступать на утренниках и не объясняют причину отказа, то есть начинают замыкаться в себе.

Замечали ли Вы подобное поведение за детьми в других условиях? (ответ мам).

Я хочу познакомить Вас с некоторыми способами преодоления стеснительности у ребенка.

Понятие «застенчивость» и способы ее преодоления.

Застенчивость – это комплекс ощущений неловкости, растерянности, препятствующий нормальному общению, наиболее часто проявляется в ситуации знакомства с новыми людьми. Как правило, застенчивость, как характеристика поведения, начинает складываться в дошкольном возрасте. С течением времени её проявления становятся более устойчивыми и распространяются на всю коммуникативную сферу человека, если вовремя не обратить на это внимание.

Застенчивые дети испытывают страх любых публичных выступлений, даже если это всего-навсего необходимость отвечать на вопросы знакомого воспитателя на занятиях. Они редко выступают на праздниках, при выступлении часто теряются, забывают слова, стремятся быть незаметными в группе сверстников. Как правило, проявляют скованность в новой ситуации. В контакте со взрослыми стараются избегать встречаться с собеседником глазами. Застенчивые дети постоянно ориентированы на оценку своих действий.

Основные затруднения в общении застенчивого ребенка с другими людьми лежат в сфере его отношения к самому себе и отношения к нему других людей. У такого ребенка, как правило, бывает занижена самооценка. Он часто сомневается в положительном отношении к себе других людей, особенно незнакомых. Сосредоточен не столько на том, что делает, сколько на том, как его оценят взрослые. Это препятствует реализации его подчас очень хороших способностей и адекватному общению с другими. У ребенка в дальнейшем пропадает познавательный интерес, он замыкается в себе. Но в ситуациях, когда ребенок "забывает о себе", он становится таким же открытым и общительным, как и его незастенчивые ровесники.

Помочь ребёнку преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться - задача вполне выполнимая при условии объединения усилий воспитателей и родителей.

В первую очередь нужно выяснить причину застенчивости.

Чрезмерная требовательность или, наоборот, опека могут способствовать появлению неуверенности и робости у ребенка. Проанализируйте свое отношение к ребенку. Безусловно, вы любите его. Но всегда ли вы выражаете эту любовь в реальном поведении? Часто ли вы говорите своему малышу о том, как сильно вы его любите? Любите просто так, ни за что. Взгляните на ситуацию в семье глазами ребенка. Может ему не хватает выражения вашей любви, похвалы, поддержки? Ведь мы так часто обращаем внимание на своих детей лишь тогда, когда они что-то делают плохо, и не замечаем их достижений, хороших поступков. Взрослый должен воспитать в себе умение быть внимательным к ребенку не только в том случае, когда тот обращается за помощью и поддержкой, но и тогда, когда она, на первый взгляд ему не нужна.

Следующая задача - помочь ребенку повысить самооценку в конкретных видах деятельности, поддержать его уверенность в себе. Застенчивый ребенок боится отрицательной оценки, но это не значит, что оценка ему не нужна вовсе. Делая что-то вместе с ребенком, выразите уверенность в том, что он справится с задачей, а если нет, то это не беда, и

вы всегда поможете ему и вместе преодолеете трудности. Если вы видите, что ребенок слишком сосредоточен на оценке и это тормозит его действия, отвлеките его от оценочной стороны деятельности. Здесь вам помогут игровые приемы и юмор. Обыграйте ситуацию, внесите в нее элемент воображения. Например, если ребенку не удастся собрать фигурку из «Лего», сделайте их одушевленными и наделите вредным характером, который мешает ребенку справиться с задачей.

Способов справиться с застенчивостью разработано немало. Я отобрала лишь несколько.

Укрепляйте веру ребенка в себя («У тебя все получится», «Ты хорошо подготовлен»). За неудачи не ругайте. Не сравнивайте своего ребенка с другими. Главная задача - сформировать у него уверенность в себе, чувство собственного достоинства.

Привлекайте ребёнка к выполнению разнообразных поручений, связанных с общением. Поощряйте контакты с «чужими взрослыми»: например, чтобы дети попросили продавца показать понравившуюся игрушку, самостоятельно купить морожено. Или в гостях у соседки («У нас кончилась соль, пойдём, попросим у соседки»). При этом старайтесь находиться рядом с ребенком, чтобы он чувствовал себя уверенно и спокойно.

Очень полезны в таком случае будут и сюжетно-ролевые игры. Такие как, «Семья», «Больница», «Магазин», «Автобус» и т. п., в которых проигрываются ситуации общения. Главная роль в игре поначалу будет принадлежать Вам. То есть, играя в «Магазин», сначала Вы выступаете в роли покупателя, а дети продавца. Потом обязательно нужно поменяться ролями. Учите ребенка благодарить и говорить «пожалуйста» – это старый и проверенный способ обучения коммуникации. Помогут раскрепоститься и театрализованные игры, особенно кукольные театры, где ребенок находится за ширмой и не испытывает чувства неловкости перед зрителями. Подобные игры хорошо устраивать в выходные, приглашая на представление друзей, родственников. Конечно с согласия ребенка.

Раскрепощению эмоциональной сферы, лучшему освоению языка эмоций хорошо способствуют игры - пантомимы, например, такие как «Угадай эмоцию», «Где мы были, не расскажем, а что видели - покажем», «Кто к нам пришел», «Куклы пляшут», и др. Желательно, чтобы в игре участвовали несколько взрослых и детей.

Игра «Угадай эмоцию»

Правила игры очень просты: показываете ребенку на карточке или сами какую-нибудь эмоцию, а он называет ее и старается повторить. Начните

с легко угадываемых эмоций: удивления, страха, радости, гнева, печали. Постепенно расширяйте диапазон чувств, вводите различные оттенки эмоций (скажем, раздражение, возмущение, гнев, ярость).

Чтение ребенку художественной литературы про смелые поступки поможет ему приобрести опыт поведения в разных ситуациях, который в дальнейшем поможет справляться со своей робостью. Это, например, сказка «Пых», «Крошка Енот», «Сказка о храбром зайце» и др.

Поддерживайте ребёнка, подчёркивайте его успехи в делах, а также рассказывайте ребёнку о том, как много нового и интересного можно узнать, общаясь и играя с другими детьми и взрослыми.

Есть у Вас вопросы ко мне?