

Консультация для педагогов **«Как преодолеть застенчивость у ребёнка-дошкольника?»**

Дошкольное детство — это особый период в развитии ребенка, когда у детей развиваются самые общие способности, которые необходимы любому человеку в любом виде деятельности. Застенчивость (в которую входит страх нового, боязнь обратить на себя внимание, склонность проверять правильность своих действий через оценку и мнение других и т. д.) блокирует развитие и эмоциональной, и интеллектуальной сфер личности ребенка. Застенчивость — это довольно распространенное явление среди детей и взрослых, которое чревато многими проблемами. Застенчивые дети часто погружены в себя, не решительны, стеснительны в общении со взрослыми и сверстниками; застенчивость — актуальная проблема в психологии и педагогике. В психологии дано определение понятия «застенчивости» - это комплекс ощущений неловкости, растерянности, стыда, препятствующий нормальному общению, наиболее часто проявляется в ситуации знакомства с новыми людьми.

Итак, самая распространенная причина детской застенчивости — это неблагоприятная домашняя атмосфера. Если родители довольно часто ругаются, мало времени проводят с ребёнком, много времени отдают работе, редко общаются на личные темы со своим ребёнком, то в результате ребенок начинает себя воспринимать ненужным в обществе и закрывается от всех в своём внутреннем мире. Также зачастую причиной застенчивости является постоянное недовольство поведением либо действиями ребенка со стороны родителей.

Еще одна причина застенчивости ребёнка — это его физическое недомогание. Ощущая дискомфорт от болезни либо усталости, многие дети даже общаться не хотят, и это считается нормальным, а после восстановления здоровья ребенок снова станет активным и веселым. Недостаточное общения с детьми в детстве, тоже оказывает отрицательное влияние на уже сформировавшуюся личность. Так, если родители решили не отдавать ребенка в детсад, а воспитывают его самостоятельно либо доверили воспитание кому-нибудь из родственников, то в таком случае, у повзрослевших детей просто нет должного опыта в общении со сверстниками. Дети школьного возраста из-за насмешек либо издевательств сверстников просто замыкаются в себе. Чтобы уберечь детей от комплекса замкнутости их с самого детства нужно приучать к общению, как можно чаще ребёнка брать с собой, знакомить с взрослыми и детьми, стараться уделять ребёнку больше времени, общаться с ним, узнавать, что нового произошло с ним, когда взрослые отсутствовали, хвалить ребенка за хорошие поступки, и тогда он будет чувствовать, что нужен другим и его действия приносят пользу. Также нужно чаще устраивать дома для ребенка праздники, на которые нужно приглашать его друзей. Воспитывать уверенность и общительность у детей с раннего возраста необходимо, тогда в будущем им будет легче влиться в окружающий мир. Современные дети живут в эпоху, полную противоречий, насыщенную информацией, постоянными переменами, быстротечностью событий. Живое общение со взрослыми или другими детьми постепенно заменяется для них просмотром телевизионных передач, фильмов, компьютерными играми. Поведение ребёнка часто повторяет увиденное на экране. При этом у него не хватает запасов физического, психического здоровья, чтобы справляться с такими нагрузками. Дети становятся импульсивными, им трудно контролировать свои эмоции, понимать собственные переживания и чувство других людей. Так, Серёжа И., 5 лет, с утра капризничает. На вопрос воспитателя, что с ним такое, ответил, что совсем не спал. «Почему не спал?» «Боялся.» «Чего?» «А вдруг он меня съест?» «Кто?» «Он.» Выяснилось, что мальчик накануне долго смотрел страшилки перед сном. На вопрос, что в это время делали родители, ответил: «Мама по телефону разговаривала, папа играл в компьютер». Игры с

детьми группы, плановые занятия, прогулка, помогли мальчику взбодриться, обрести, пусть и ненадолго, уверенность в себе, желание играть, в общем – быть собой. Ну, и конечно, вечером состоялся серьёзный разговор с мамой мальчика. Группа детского сада – это первое социальное объединение детей, в котором они занимают различное положение. В дошкольном возрасте проявляются дружеские и конфликтные взаимоотношения, выделяются дети, испытывающие трудности в общении. Очень важно правильно и своевременно помочь детям развить коммуникативные навыки и умения, воспитать у них гуманное отношение друг к другу, сделать все необходимое, чтобы из случайной совокупности детей, собранных в группу, в возможно более короткий срок создать коллектив. Общение со сверстниками дети реализуют в основном в совместных играх. Игра становится для них своеобразной формой общественной жизни. Поэтому проблему формирования детских взаимоотношений невозможно рассматривать вне организации содержательной игровой деятельности, которая прививает навыки эффективного общения, развивает чувство общности, учит правильно выражать свои мысли и строить диалоги, реализует детскую потребность в общении.

Игровая деятельность влияет на формирование произвольности психических процессов. В процессе игры у детей произвольно развиваются внимание и память, игровая ситуация оказывает постоянное влияние на умственное развитие. В игре ребёнок учится общаться. Ролевая игра имеет определяющее значение для развития воображения. Кроме того, через неё дошкольник знакомится с поведением и взаимоотношениями взрослых людей, которые становятся для него образцом, приобретает основные навыки общения и качества, необходимые для установления контактов со сверстниками. В процессе совместной игры дети объединяются в группы для достижения какой-либо общей цели или получения определённого результата. Успешному проведению игры способствует доброжелательность взрослого, который положительно настраивает ребёнка на сотрудничество. Результативность использования обучающих игр повышается, если соблюдать последовательность в подборе игр и следовать принципам доступности, повторяемости, постепенности выполнения заданий. В играх также предполагаются усложнения, варианты, которые помогут поддерживать интерес детей и обеспечить развитие. Для организации совместной и самостоятельной игровой деятельности детей в каждой возрастной группе создана предметно-развивающая среда – с большим набором познавательных игр, с учётом безопасности, эстетики, наглядности, доступности. Работа педагога с застенчивыми детьми ведётся в нашем ДОО во всех направлениях: с ребёнком, родителями, с психологом. Очень важно установить с малышом личностный контакт. Этому способствует спокойный, доброжелательный тон. Необходимо слушать ребёнка, чтобы он до конца мог высказать то, что хотел. Даются посильные поручения, при этом аргументируется, что взрослый нуждается именно в его помощи, отмечать вслух успехи. Создавая условия для игры в паре, привлекать при этом активных детей, которые своим доброжелательным поведением способствовали бы развитию уверенности у застенчивых детей. Постепенно все дети привлекаются к групповой деятельности. Например, играя в подвижную игру, уделяется внимание тому, чтобы ребёнок сыграл роль водящего, но если он не захочет, то педагог не настаивает. В своей работе педагоги используют разные формы взаимодействия с детьми: психогимнастика, упражнения на релаксацию, беседы, игры, способствующие созданию благоприятного эмоционального климата в детском коллективе. Таким образом, у детей формируются положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию в процессе общения, а так же развивается адекватная оценочная деятельность, направленная на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей. Игровая деятельность влияет на формирование произвольности психических процессов. В процессе игры у детей произвольно развиваются внимание и память, игровая ситуация оказывает постоянное влияние на умственное развитие.

Воспитатели уделяют внимание работе с родителями застенчивых детей. Рекомендации направлены на то, чтобы взрослые постепенно расширяли круг общения детей, при этом учитывать тот факт, что застенчивые дети легче вступают в контакт с младшими детьми, чем со сверстниками. Как можно больше родителям нужно общаться со своим ребенком, а также стимулировать общение в быту: соседи, продавец в магазине, пассажиры в общественном транспорте и так далее. Нужно посещать с малышом разные мероприятия: ходить в гости, приглашать гостей к себе домой, цирк, театр, дополнительные кружки, спортивные секции, обсуждая при этом всё увиденное, пережитое. Всегда призываем внимательно и вдумчиво относиться к детям, так как атмосфера родственных, эмоциональных связей является важным фактором воздействия на личность ребёнка и развитие его функций общения.

Ускорить процесс внутреннего раскрепощения замкнутого малыша помогут несложные психологические задания, различные коррекционные методики и игры. Необходимо быть чутким и внимательным к ребёнку, проявлять терпение, и через некоторое время ребёнок преодолеет замкнутость и будет испытывать огромное чувство радости от общения с окружающими его людьми.

Список использованной литературы

1. Алексеева Е.Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. — СПб.: Речь, 2007
2. Галигузова Л.Н. Застенчивый ребенок / Дошкольное воспитание. — 2000. — № 4.
3. Зимбардо Ф. Застенчивость (что это такое и как с ней справиться). — СПб.: Питер Пресс, 1996.
4. Катаева Л.И. Работа психолога с застенчивыми детьми. — М., 2004.
5. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. вузов. — 4-е изд., стереотип. — М.: Издательский центр «Академия», 1999.