Консультация для родителей

**Стеснительные и замкнутые дети**

Эта черта характера может сохраняться у человека всю жизнь, и люди часто говорят о ней с болью и горечью. Одна из причин этого явления – низкая самооценка. Ребенку кажется, что над ним будут смеяться, что его не примут другие, что они хуже всех.

***Как предупредить проблему***

* Сделайте так, чтобы ребенок чувствовал себя любимым, желанным, уважаемым.
* Бережно относиться к идеям и высказываниям малыша, даже если это просто робкие попытки как-то подать голос.
* Как можно чаще называйте ребенку его положительные, сильные черты с тем, чтобы у него формировался положительный образ себя.
* Поддерживайте и поощряйте инициативы ребенка, стремление сделать, решить что-то самостоятельно.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Если ребенок проявляет стеснительность в разумных пределах, отнеситесь к этому просто как к индивидуальной особенности. Вмешиваться стоит только тогда, когда вы видите, что стеснительность приводит к серьезным проблемам, мешает заводить друзей, включаться в игры и занятия.

Не «давите» на ребенка, не подчеркивайте его особенность быть немного в стороне, но предлагайте такие задания, которые требовали бы включения в деятельность детей.

Начните играть или выполнять какое-то задание вместе с ребенком. Через некоторое время предложите другим детям присоединиться к вам. Когда он разыграется, тихо удалитесь. Обязательно научите ребенка нужным словам – как предложить сверстнику играть вместе.

Каждый раз, когда стеснительный ребенок будет играть вместе с другими, отметьте это: «Как приятно видеть, что ты играешь вместе со всеми».

Ограничьте время, когда ребенок может, проводит в уединении, скажите, что другим тоже хочется посидеть в одиночестве.

Не ждите скорых перемен.

Свирская Л. «Шпаргалки для родителей»