

ЗАСТЕНЧИВОСТЬ В ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.

Педагог-психолог: Белоусова Вера Владимировна

Всем приходилось иметь дело с детьми, которые в силу своих личностных особенностей, таких как замкнутость, нерешительность, робость, испытывают сложности при общении со сверстниками и взрослыми. Застенчивость – сложное состояние, и оно может оказывать самые разнообразные воздействия – от ощущений лёгкого дискомфорта до необъяснимого страха перед людьми и тяжёлых неврозов.

Застенчивость свойственна многим детям и взрослым. Её можно назвать наиболее распространённой причиной, осложняющей общение. Последствия застенчивости могут быть удручающими:

- отказ от встреч с новыми людьми, ограничение круга друзей и знакомых;
- невозможность выразить своё мнение и отстаивать свои права;
- боязнь людей, особенно тех, от которых исходит, по мнению ребёнка (или взрослого), какая-то эмоциональная угроза, и т.д.



На сегодняшний день в психологии распространена точка зрения, что застенчивость является результатом реакции на эмоцию страха, которая возникает в определённый момент при вза-

имодействии малыша с другими людьми и впоследствии закрепляется.

Помочь малышу преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться – задача педагогов и родителей. Она вполне разрешима, если начать заниматься своевременно. Ведь с течением времени у застенчивого ребёнка уже складывается определённый стиль поведения, он начинает замечать имеющийся «недостаток». Осознание своей застенчивости не только не помогает, а, наоборот, мешает её преодолеть. Фиксация внимания на особенностях своего характера и поведения вызывает ещё большую скованность, усиливает неуверенность и страх перед общением.

Как же помочь застенчивым, нерешительным детям?



В первую очередь надо выработать определённый стиль поведения с ними. Это касается и педагогов, и родителей. Необходимо:

- постоянно подкреплять в ребёнке уверенность в себе и своих силах;
- привлекать ребёнка к выполнению различных поручений, связанных с общением;

- расширять круг знакомств, чаще приглашать к себе домой друзей, брать ребёнка в гости к знакомым людям, разнообразить маршруты прогулок – предоставить ребёнку определённую меру свободы и открытых действий, сдерживая своё беспокойство и желание всё сделать за него.



Общение с застенчивыми детьми требует осторожности и деликатности, так как их реакция на вмешательство взрослого может быть совершенно неожиданной.

Иногда застенчивого ребёнка могут называть замкнутым, считая эти понятия одинаковыми, но между ними есть разница. Замкнутый ребёнок не имеет мотива к общению, у него нет желания общаться с людьми, нет навыков общения.

Застенчивый ребёнок чаще всего имеет мотив, желание общаться, но либо не имеет средств и навыков общения, либо не может по каким-то причинам (низкая самооценка, боязнь наказания).

С детьми дошкольного возраста рекомендуется активно использовать игру. Анализ существующих программ коррекционных занятий позволил выделить несколько групп игр и игровых упражнений, направленных на преодоление застенчивости у дошкольников. Среди них игры и игровые упражнения, направленные на овладение неречевыми средствами общения,

речевыми средствами, методами выражения своих эмоций и распознавание эмоциональных реакций других людей (детей и взрослых). Данные упражнения способствуют снижению психоэмоционального напряжения, развивают навыки доброжелательного отношения друг к другу.

Игровое упражнение «Различная походка», «Как «расколдовать» застенчивого.

СОДЕРЖАНИЕ. Детям предлагается походить в круге, как: малыш, который недавно встал на ножки, и делает первые шаги; древний старик, горилла, артист, выступающий на сцене, модная девушка и т. д.

Ко второй категории относятся игры и игровые упражнения, содержание которых строго регламентирует их временную продолжительность и темп игровых действий.

Например, игра «Живая иллюстрация».

СОДЕРЖАНИЕ. Один игрок читает стихотворение, а другой мимикой и жестами иллюстрирует (параллельно, в соответствии со звучащим текстом) описываемые события и эмоции.

Игры, регламентирующие время выполнения игровых заданий, являются более сложными для освоения, однако практика показывает, что дети дошкольного возраста любят эти игры, особенно музыкальные.

Таким образом, музыка, минуя сознание, способна вызвать определённые реакции человека. Наличие данных реакций, а также их стимуляция извне (в виде похвалы родителей или других людей) являются факторами, побуждающими организм к развёртывающейся как во внутреннем, так и во внешнем плане познавательной, а также коммуникативной деятельности, направленных на преодоление застенчивости у дошкольников.

Всего вам доброго, уважаемые родители!

А главное успешного воспитания вашего ребёнка!

