Стеснительный ребенок, как помочь?

Автор: Мария Решетова
04.04.2014 11:18 - Обновлено 12.05.2019 20:24

Таким вопросом задаются довольно большое число родителей, ведь застенчивому малышу непросто в окружающем мире и чем старше становится детка, тем тяжелее ему самому справиться со своим страхами. Стеснительный ребенок – это не пожизненный приговор, главное это вовремя заметить взрослым и начать помогать сыну или дочке становиться смелее.



Самым лучшим вариантом в борьбе с застенчивостью является обращение к психологу, который сможет оценить, насколько все «запущено» и назначит ряд упражнений и групповых занятий, чтобы помочь справиться с этим «недугом». Однако, не у всех есть возможность обратиться к настоящему специалисту, поэтому постарайтесь провести самостоятельную работу.

Прежде всего, вспомните, ребенок был застенчив с самого юного возраста или стал таким после какого-то происшествия? Если, например, вы переехали и сменили детский коллектив в саду, то вполне понятно, что чадо стало таким робким.

Пригласите несколько человек из нового садика вместе с родителями в гости, чтобы дети смогли лучше познакомиться в домашней обстановке, придумайте интересные игры и конкурсы, таким образом, вы поможете малышу подружиться с новыми

одногруппниками или одноклассниками.

Другое дело, если ребенок с самого рождения такой, вполне возможно, что вы допустили какие-то «огрехи» в воспитании. Ответьте честно самой себе, а достаточно ли ребенок получает внимания? Ребенок должен иметь тесный контакт с родителями, хотеть делиться своими переживаниями и чувствами, знать, что его всегда смогут поддержать, но, к сожалению, это часто бывает не так.

Наладьте дружеские отношения, чаще общайтесь, играйте в активнее игры на улице, например, в догонялки, где сын или дочка смогут вволю посмеяться и почувствовать себя раскованным. Хорошо походить вместе на мастер-классы, в которых может участвовать и родитель и ребенок совместно, может, вы будете делать интересное пирожное или новогоднюю игрушку.

В любом случае совместное времяпровождение очень важно для детей. Старайтесь поддерживать стеснительного малыша, как в его начинаниях, так и в его неудачах, и конечно, много общайтесь, заранее проговаривайте ситуации, во время которых детка теряется и не знает, как себя вести дальше. Ваше терпение и поддержка принесут пользу, и со временем ребенок научится перебарывать свою застенчивость и быть самим собой при любых обстоятельствах.