

Консультация для родителей Стеснительный ребёнок – как быть?

Подготовили воспитатели:
Болотских М.А., Туманова Т.Н.

Для застенчивого ребёнка участие в детском утреннике, знакомство с новыми друзьями, просьба мамы продекламировать стишок гостям — настоящая пытка. Такие дети не «рвутся в бой», чтобы доказать всему миру, на что способны, часто не уверены в себе и внушаемы. Эти личностные особенности ребенка могут усиливаться к 5 годам и постепенно снижаться к 7 годам. Но в некоторых случаях они не исчезают, и тревожность становится личностной особенностью даже в школе, что мешает процессу обучения».

Как же быть в этой ситуации, чем помочь ребёнку? Предлагаем несколько социальных сценариев, которые можно практиковать с ребёнком.

Социальная игра «Режиссер» позволит застенчивому ребенку управлять другими детьми, брать ответственность на себя, находиться в ситуации, когда необходимо импровизировать и постоянно общаться с другими. Для постановки мини-спектакля в этом случае можно взять любую короткую сказку, басню или стихотворение, предоставив право выбора самому «режиссеру». Он же распределяет роли среди сверстников. Таким образом, спектакль становится его детищем.

Во время игры «Выставка» каждый из детей представляет себя фотографом, у которого открылась авторская выставка фотографий. В процессе игры дети перечисляют фотографии (желательно не менее трех, на которых якобы запечатлены важные для автора события или человек. Из названных фотографий ребенок выбирает самую интересную или значимую для него и подробно ее описывает: что изображено на фотографии и почему именно этот эпизод заинтересовал «автора». В процессе этой игры каждый ребенок должен говорить о важных для него моментах. Важное условие при этом — внимание «посетителей выставки», которые вправе при желании задавать вопросы. Таким образом, ребёнок получает возможность довольно длительное время находиться в центре внимания. Для изживания застенчивости у детей — это просто необходимо.

Еще одна социальная игра – «Оратор». Здесь застенчивый ребенок также является центром внимания для других детей. С целью усиления

разыгрываемой ситуации можно соорудить импровизированную трибуну для «оратора». Игра заключается в том, что в течение нескольких минут ребёнок должен выступить с рассказом-экспромтом по избранной теме. Темы могут быть следующими: «Цирк», «Семья».

Конечно, застенчивым детям трудно без «маски» вести себя таким нехарактерным для себя образом. Поэтому на первых этапах работы с ними «маской» может служить образ животного, растения или образ неживой природы. Так, изображая слонов, в игре «Бабочки и слоны», дети медленно передвигаются по комнате, общаются с такими же «слонами», а затем, превратившись в «бабочек», они продолжают общение, но движения у них уже быстрые и легкие. Таким образом, в «маске» животных дети с большей охотой взаимодействуют друг с другом, проявляя изобретательность. В этой игре есть еще одна положительная сторона - характер общения может быть заданным. В связи с этим можно разрабатывать тот способ общения, которым дети не пользуются или пользуются редко. Например, можно предложить им общаться только «глазами» или прикосновениями.

Игры, где есть телесный контакт, особенно полезны для застенчивых детей. Например, игра «Руки». Дети встают в круг, а водящий, проходя по нему, изучает руки каждого. Затем водящему завязывают глаза и он, прикасаясь к рукам кого-либо из круга, отгадывает, кому они принадлежат.

Данные ниже упражнения направлены на преодоление замкнутости, пассивности, скованности детей, а также способствуют двигательному раскрепощению. Это важно, так, как только физически свободно чувствующий себя ребенок спокоен и психологически защищен.

Застенчивым детям просто необходимо научиться расслабляться. Поэтому специальные релаксационные упражнения желательно включать в каждую социальную игру. При их проведении дети лежат или сидят в свободной, расслабленной позе, можно в «позе кучера», желательно с закрытыми глазами. Дети, ориентируясь на словесный образ, рисуемый взрослым, представляют себе те или иные картины природы или состояния.

Эффект таких упражнений значительно возрастет, если текст будет сопровождаться специально подобранной музыкой, качество проведения релаксации будет значительно выше.