



# застенчивый ребенок

Автор: Шамаева Н.



на проблему  
застенчивости  
важно  
обратить  
внимание  
вовремя



порой  
незастенчивые  
дети  
испытывают  
периоды  
застенчивости -  
это нормально



важно отличать  
застенчивого  
ребенка от  
интроверта,  
любящего  
уединение



## у застенчивости есть и положительные стороны - застенчивый ребенок:



хорошо  
чувствует  
эмоции других  
людей, умеет  
поддерживать,  
сопереживать



ответственно и  
серьезно  
относится к  
поручениям, на  
них можно  
положиться



тонко  
чувствует  
красоту, часто  
обладает  
творческими  
способностями



## как застенчивость портит жизнь? Застенчивый ребенок часто



подчиняется более смелым и уверенным ребятам, не может постоять за себя



производит на окружающих ошибочное впечатление недружелюбного /надменного



ведет себя очень робко, а к себе часто относится достаточно негативно



## КАК ПОМОЧЬ ЗАСТЕНЧИВОМУ РЕБЕНКУ: 3 ЕСЛИ ВЫ САМИ ЗАСТЕНЧИВЫ



вы знаете не понаслышке, что застенчивость - не приговор, а особенность, которую можно "приручить"



расскажите ребенку, что его чувства, его трудности знакомы вам



поделитесь с ребенком своими способами почувствовать себя увереннее



## как помочь застенчивому ребенку: 1 развиваем навыки общения



показывайте пример дружелюбного и спокойного общения - дети учатся, копируя взрослых



играя, создавайте сюжеты: знакомства, общения, конфликта и примирения



улыбайтесь, общаясь с людьми. Научите малыша приветливо улыбаться - и новым знакомым, и "старым друзьям"



## как помочь застенчивому ребенку: 2 осваиваем язык тела



обсудите с ребенком, какие позы и жесты можно назвать "уверенными", а какие - "робкими"



пусть в игре ребенок исполняет роли смелых, активных, решительных героев



занятия в театральной, танцевальной студии помогают научиться уверенно и свободно двигаться