

Консультация для родителей:



Для большинства людей застенчивость – это серьезная жизненная трудность. Застенчивость делает людей неуверенными в себе, несчастными, мешает находить друзей и любимых, добиваться серьезных результатов в деятельности, лишает возможности развиваться и радоваться жизни.

Особенно этот актуально в настоящее время, так как свобода поведения, активность, оригинальность, отсутствие авторитетов – приоритеты сегодняшней молодежи. И те, кто не может идти в ногу со временем, оказываются абсолютно неспособными к борьбе за выживание.

Застенчивый человек живет в собственном внутреннем мире. И хотя внешне он может казаться спокойным, в душе его бушуют чувства и сталкиваются потоки неудовлетворенных желаний. По определению А.В.Веденичевой: «Застенчивость – это совокупность индивидуальных особенностей характера, проявляющихся в робости, стеснительности, часто молчаливости, сопровождающихся эмоциональной скованностью, которые приводят, в конечном счете, к укоренению отрицательных привычек поведения и соответствующих качеств личности».

Застенчивость как психическое явление может быть проходящим состоянием от кратковременного (минуты), что случается с любым человеком,

до длительного (измеряющимся днями), вызванного неблагоприятными условиями. А также застенчивость может быть стойким качеством личности, чертой характера.

Их ощущения сказываются на поведении, а это влияет на отношение к ним других людей. К человеку приклеивается ярлык «застенчивый», что, в свою очередь, только усугубляет негативную самооценку. Если с раннего детства человеку твердят, что он робкий, стеснительный, застенчивый, молчун, «бояка» и всякое такое, то он быстро привыкает к этому и так и относится к себе, не пытаясь решить задачу общения, не стремясь к тому, чтобы стать другим.

Застенчивые люди не могут выразить свое мнение и отстоять права. Они чрезмерно сосредоточены на себе и своем поведении, поэтому теряются в общении, не могут ясно выражать свои мысли.

Что является причиной возникновения застенчивости? По мнению исследователей (Мухиной В.С., Зимбардо Ф., Лабунской В.А.), это в первую очередь семейное воспитание. Возникновению застенчивости способствуют такие типы семейного воспитания, как сверхтребовательный, противоречивый, непоследовательный.

Если в семье слишком подавляют стремления и желания ребёнка, чересчур заботятся о мнении окружающих и приносят в жертву ему чувства ребёнка, приучая его быть удобным для всех вокруг, кроме себя, запрещают проявлять эмоции, особенно негативные, то ребёнок не ощущает своей самооценности, у него низкая самооценка, он не может или боится быть самим собой;

тревожные родители испытывают постоянное беспокойство и неуверенность в успехах ребёнка, говорят ему о том, что у него не получится, он не сможет и т.д.;

застенчивые или необщительные родители демонстрируют ребёнку принятые в семье способы контактов с обществом, подражая им малыш учится тому же;

к застенчивости может привести и чрезмерная активность и требовательность родителей (от приучения ребёнка к правилам личной гигиены и самоконтроля до овладения какими-либо учебными навыками), особенно раньше возраста, когда он будет к этому психологически готов.

Здесь же можно сказать, что отрицательную роль в развитии и закреплении детской застенчивости играют педагоги. Они нередко не обращают внимание на то, что дети нуждаются в понимании и помощи.

Следовательно, только при совместной деятельности педагогов, психологов и родителей можно достичь положительных результатов в преодолении детской застенчивости.

Исследования показывают, что большинство молодых родителей часто испытывают неуверенность в роли воспитателей собственных детей, считают себя плохими воспитателями. Такая неуверенность взрослых порождает у ребенка неуравновешенность, тревожность, стремление управлять поведением родителей и затрудняет нормальные взаимоотношения в семье.

Поэтому основная цель педагогического просвещения – это овладение родителями знаниями и навыками доверительного взаимодействия, сотрудничества с детьми на разных этапах развития ребенка и в различных жизненных ситуациях.

Эффективными формами повышения педагогической культуры родителей является семинары-практикумы и детско-родительские тренинги. Непринужденная и доброжелательная атмосфера позволяет родителям задавать конкретные вопросы специалистам, учиться понимать друг друга, формировать навыки сотрудничества, сделать шаг к решению личных и внутрисемейных проблем.

В дошкольном учреждении по-прежнему популярны консультации для родителей, которые размещаются на специальных стендах. В ожидании ребенка мама или папа могут познакомиться с краткой информацией по решению различных трудностей в воспитании.

Рекомендации для родителей. Как помочь застенчивому ребёнку?

- Снижайте тревожность. Ребёнку обязательно нужно чувствовать поддержку близких людей, тогда он будет спокоен.

- Развивайте навыки общения. Приглашайте в гости детей и желательно, более младшего возраста. Тогда Ваш ребёнок будет чувствовать себя увереннее и ему будет легче пойти на контакт. Полезно разыгрывать различные сюжеты («У доктора», «В магазине», «Детский сад» и другие). С их помощью малыш будет учиться тому, как вести себя в тех или иных ситуациях.

- Помогите ребёнку увидеть и свои сильные стороны. Застенчивые дети очень центрированы на своих недостатках и слабостях. Научиться пользоваться достоинствами и не заикливаться на недостатках помогут занятия в кружках и секция, которые ему интересны и раскрывают потенциал.

- Формируйте адекватную самооценку. Низкая самооценка – одна из причин застенчивости. Чтобы поднять самооценку малыша, поддерживайте его. Проанализируйте свои родительские ожидания и ставьте перед ребёнком достижимые цели, чтобы он как можно чаще оказывался в ситуации успеха.

- Научите спокойно относиться к ошибкам. Ошибки помогают научиться новому и от них никто не застрахован.

- Научите ребёнка начинать и заканчивать разговор. Потренируйте с ребёнком некоторые фразы, которыми легко использовать в разговоре с разными людьми. Если малыш категорично отказывается от разговора или игры не стыдите и не принуждайте. Желательно просто описать его чувства в данный момент: "Похоже, что тебе сейчас не хочется играть".

- Поделитесь с ребёнком собственным опытом. Многие люди в своей жизни попадали в затруднительные ситуации общения и, тем не менее, находили выход.

- Будьте примером для ребёнка. Дети учатся во многом через наблюдение за взрослыми, поэтому показывайте ему пример, как вести себя в той или иной ситуации.

Итак, педагогическое образование родителей должно способствовать направлению их личностному развитию, давать им возможность добиваться успеха в семейном воспитании, а главное - получать радость от общения со своими детьми.

