Если ребенок застенчив



* Выражайте безусловное расположение ребенку.
* Обращайтесь с застенчивым ребенком доброжелательным тоном. Только такое общение не спровоцирует повышения уровня тревожности.
* Чаще поощряйте застенчивых. Поощряйте не только проявление способностей и знаний, но также эмоций и чувств.
* Всегда сами предлагайте помощь ребенку, так как он сам не способен ее попросить.
* Заранее разъясните ребенку новую ситуацию, и что от него требуется, так как застенчивые дети тревожны в непредсказуемых положениях.
* Позволяйте ребенку делать ошибки. Учите их идти на разумный риск и переносить поражения. Учите тому, что неудача - это либо неправильно выбранная цель, либо неправильно выбранные средства.
* Помогите застенчивым найти и оценить в себе все то, что есть в них хорошего, приучая принимать похвалу без излишнего смущения.
* Не предъявляйте ребенку требований, неадекватных его возможностям.
* Помните, что застенчивому ребенку необходима стабильность во всем, ибо любые изменения для них крайне болезненны.
* Чаще прикасайтесь к ребенку, гладьте его, обнимайте. Прикосновение успокаивает, лечит и стабилизирует ребенка.
* Поощряйте совместную игру застенчивого ребенка с другими детьми.
* Учите ребенка умению общаться с другими людьми. Чаще посылайте его в магазины или с какими-либо поручениями к вашим друзьям, соседям.
* Обращайтесь с застенчивым ребенком на уровне его роста, “глаз-в-глаз”, т.е. в буквальном смысле склоняйтесь к нему, чтобы ваши глаза встретились в процессе разговора.
* Всегда сами предлагайте помощь ребенку, так как он сам не способен ее попросить.
* Создайте атмосферу доверия в своем доме: пусть дети имеют возможность говорить о своих проблемах открыто и искренне. Не давайте обещаний, которые не можете выполнить.