

7 способов побороть стеснительность у ребенка.

Чаще всего, стеснительность является наследственным признаком, однако, если она не влияет на качество жизни малыша, не нужно считать это проблемой. По мере накопления опыта общения, застенчивость может постепенно исчезнуть, однако, родителям нужно помочь малышу и научить ребенка не стесняться.

Как побороть стеснительность и неуверенность у ребенка?

Никогда не стыдите ребенка за стеснительность. Если малыш в присутствии чужих людей или детей прячется за вашу спину, не упрекайте его в этом и тем более, не оправдывайтесь перед другими. Такое поведение малыша норма. Не оставляйте ребенка наедине с чужими. Ваша задача – помочь ему преодолеть свою робость и научиться находить общий язык с посторонними. Малышу очень важно понять, что он не один и у него нет причин для тревоги. Привлекайте его к разговорам, обращайтесь к нему и спрашивайте мнение. Будьте рядом с ребенком, просто держите за руку, чтобы он смог преодолеть свою робость и наладил контакт с другими людьми.

Если ребенок стесняется общаться со сверстниками на детской площадке, не толкайте его на контакт и не оставляйте одного. Просто возьмите за руку, подведите к другим детям и начните с ними разговаривать. Более смелые малыши поддержат разговор и смогут вовлечь и вашего ребенка. Постепенно кроха привыкнет к общению и найдет себе друзей.

Подготовьте ребенка к общению. Можете даже устроить репетицию, если вам предстоит отправиться в гости, на новую площадку или в детский сад. В игровой форме, проработайте ситуации, которые могут возникнуть, обсудите их с ребенком. Проговорите возможные варианты разных ситуаций, обсудите его действия, подготовьте к новым событиям, чтобы кроха меньше опасался будущего.

Не ругайте ребенка, если у него что-то не получается. Не заостряйте внимание на неудачах. Их надо проговаривать, обсуждать, искать способ решить проблему. Не сравнивайте кроху с другими детьми, говоря, что кто-то лучше него справляется с задачей. Укрепляйте у малыша веру в свои силы.

Стеснительность, как правило, является наследственной.

Если вы испытывали подобные проблемы, расскажите об этом малышу. Поделитесь с ним своим опытом преодоления похожих трудностей. Ваши рассказы помогут ребенку стать увереннее и снизят уровень тревожности. Расскажите, что испытывать стеснение – нормальное состояние и каждый человек хотя бы один раз испытал это чувство.

Чаще приглашайте к себе других людей, своих друзей и приятелей с детьми. Устраивайте детские праздники и приглашайте детей из садика или друзей с детской площадки. Так малыш получит массу позитива и сможет преодолеть неуверенность и стеснительность. Внесите разнообразие в свою жизнь. Посещайте больше общественных мест, детских площадок, театров. Запишите ребенка в какую-нибудь секцию или на танцы.

Если ребенок стесняется здороваться, не ругайте его за это.

Лучше своим примером покажите, что в этом нет ничего особенного и страшного. Чаще здоровайтесь с соседями, продавцами в магазине и в других общественных местах при ребенке. Так вы не только поможете избавиться ему от стеснительности, но и научите элементарной вежливости.

Стеснительности больше подвержены интроверты. Зачастую такие дети очень талантливы, они легко могут освоить компьютер, имеют способности к рисованию, сочинению стихов или рассказов. Однако, застенчивость часто мешает им раскрыть себя полностью. Ваша задача – помочь ребенку освободиться от страха перед общением, а также в полной мере раскрыть свои способности.