**Застенчивость и замкнутость малыша**

Наши детки взрослеют, появляются новые проблемы. Мы, взрослые, не всегда их замечаем, не всегда придаем им большое значение, а часто, просто не можем их разрешить. Группу мало разрешимых проблем составляет застенчивость и замкнутость ребенка.

    Застенчивость и замкнутость – это личностные особенности, формирующиеся в раннем детстве и мешающие в любом возрасте свободно и уверенно устанавливать контакты с другими людьми, вступать в коммуникативное взаимодействие  с ними.

Ваш ребенок застенчивый? Значит, он боится общения. Он испытывает страх перед определенным человеком, который в чем-то сильнее и умнее его. В процессе взаимоотношений (игра, учеба, труд) малыш чувствует неадекватность своего поведения и начинает испытывать тревогу по поводу своих действий. Ощущение собственной неумелости, неловкости в общении ведет к недооцениванию себя, к самоунижению. Застенчивый ребенок воспринимает себя слабым, неумелым, неспособным, жалким. Именно такую позицию формируют и закрепляют  родители, негативно оценивающие его действия.  Уважаемые родители, не торопитесь упрекать малыша в его застенчивости. Дайте ему возможность проявить себя в тех действиях и поступках, которые у него получаются лучше всего. Это придаст ребенку уверенности в себе. В отличие от застенчивого ребенка (недостаточно сформированы навыки и умения) у замкнутого нарушена мотивационная основа общения. Такой ребенок просто не хочет играть, разговаривать с окружающими людьми. При воспитании застенчивых и замкнутых детей необходимо вести работу не только по формированию умений и навыков общения, но и формировать само желание общаться.

     Предлагаем вам некоторые рекомендации направленные на улучшение взаимоотношений с замкнутыми и застенчивыми детьми:

1. Спокойно относиться к новым местам и уверенно чувствовать себя в незнакомой обстановке  способствует расширение круга общения своего ребенка. Приглашайте к себе гостей и ходите в гости (на начальном этапе это должны быть знакомые люди); постепенно расширяйте маршруты прогулок.
2. Не заставляйте малыша разговаривать с человеком, если он не хочет этого. Своим поведение вы должны создать атмосферу доверия  к этому человеку. Спокойная и раскрепощенная атмосфера дает возможность малышу включиться в совместный разговор или игру.
3. Постоянно говорите о полезности общения с другими людьми, что нового и интересного можно узнать в ходе такого общения. Разговор ведите корректно, ненавязчиво.
4. В зависимости от возраста ребенка дайте ему определенную меру свободы и открытости действий. На семейном совете решите, какие это будут действия. Принятое решение изобразите на  бумаге разного цвета: на красном – это нельзя делать, на желтом – что можно делать с разрешения взрослых; на зеленом – что можно делать без разрешения взрослого.
5. Для укрепления уверенности в себе чаще хвалите ребенка, поощряйте его малейшие улучшения.
6. Привлекайте ребенка к выполнению разнообразных поручений, связанных с общением. Например,  вместе с ребенком идете открывать дверь, ребенок берет телефонную трубку и т.п.
7. Не торопите события. Старайтесь, чтобы ребенок сначала обращался с просьбами к знакомым людям, и постепенно расширяйте область его контактов.
8. От общения с людьми малыш должен получать как можно больше ярких и запоминающихся положительных впечатлений. Чаще ходите в кино, цирк, музей, парк, на выставки.
9. Помните, что ваши навыки и умения общаться копируются ребенком.

Ваша работа не приносит результатов, ребенок продолжает быть застенчивым и замкнутым, не стесняйтесь обратиться за помощью к специалистам – психологу, невропатологу, психиатру.