**Что делать, если ваш ребенок застенчив?**

*Определите причины застенчивости*

Чаще всего застенчивость — результат реакции на эмоцию страха, которая возникла у ребенка в определенный момент привзаимодействии с другими людьми и закрепилась.

Работа по преодолению застенчивости требует осторожности иделикатности, так как застенчивые дети могут отреагировать навмешательство взрослых совсем не так, как вы ожидаете.

*Как себя вести с застенчивым ребенком*

*•*

Расширяйте круг знакомств ребенка, чаще приглашайте к себе друзей, берите малыша в гости, расширяйте маршруты прогулок,учите его спокойно от

носиться к новым местам.

•

Не стоит постоянно беспокоиться за ребенка, стремиться полностью оберегать его от всевозможных опасностей, в основном придуманных вами. Не старайтесь сами сделать все за ребенка, предупредить любые затруднения, дайте ему определенную меру свободы и открытых действий.

•

Постоянно укрепляйте у ребенка уверенность в себе, в собственных силах.

•

Привлекайте ребенка к выполнению различных поручений, связанных с общением, создавайте ситуации, в которых застенчивому ребенку пришлось бы вступать в контакт с посторонним человеком.

Помочь ребенку преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться нужно, пока ребенок еще маленький, ведь с возрастом застенчивость может закрепиться, стать стилем поведения, затрудняющим жизнь.

*Советуем поиграть*

•

Во время утренней гимнастики выполняйте разные упражнения, подражая животным: потянуться как кошка, вытянуть шею как жираф и т.д. Такая игра способствует раскрепощению.

•

«Колдун» заколдовал ребенка так, что он потерял голос. На все вопросы он должен отвечать только жестами и мимикой. Игра направлена на овладение неречевыми средствами общения.

•

Игра «Сказка». Предложите ребенку с вашей помощью придумать сказку о человеке, которого зовут так же, как его, опираясь назначение и звучание име

ни. Например: Марина —морская сказка о девочке, живущей в море. Игра способствует оценке лучших своих сторон, лучшему осознанию себя, развитию умения говорить о себе без стеснения.