|  |
| --- |
| **Как побороть застенчивость у ребенка?** |

|  |  |
| --- | --- |
| Работа с родителями - Беседы, консультации для родителей | |
| застенчивость, побороть*Наш сын очень застенчивый. В школе он боится отвечать и выходить к доске, из-за чего получает плохие оценки. Ему удобнее сделать вид, что он ничего не знает, чем выступить перед классом. Хотя он готовится ко всем урокам. Как помочь ему справиться со стеснительностью и застенчивостью? Марина Шабохич, Речица*  **Невелика беда?**  По статистике, застенчивостью в разные годы обучения страдают 42% школьников. Обычно такие дети начинают сторониться незнакомых сверстников и взрослых еще в садике. Они не подходят к другим детям, боятся принимать участие в играх, стесняются обращаться к педагогам.  Многие родители уверены, что застенчивость - возрастная штука. Мол, постепенно пройдет. Но опыт показывает, что без посторонней помощи дети не справляются с этой чертой характера и вступают с ней во взрослую жизнь, зачастую оказываясь полностью изолированными от общества. Также не стоит списывать проблему на темперамент. Застенчивость — это социальное явление. Так что корни проблемы стоит искать в ближайшем окружении.  **В плену страха**  Стеснительность возникает, когда ребенок концентрируется на том, что думают о нем окружающие, в первую очередь незнакомые люди. Он боится, что не угодит чужим ожиданиям и будет отвергнут. Напряжение отражается на его физиологическом состоянии. Он краснеет, говорит сбивчиво и быстро, становится неуклюжим.  **4 причины застенчивости**  К такому поведению более чувствительные и впечатлительные дети, которые остро реагируют на любые перемены и конфликты. Поэтому любое неосторожное слово или неприятная ситуация может заставить их замкнуться в себе. Часто такие дети вырастают в семьях, где родители пытаются постоянно контролировать их поведение. Лишаясь свободы, ребенок теряет уверенность в себе и самостоятельность. Бесконечная критика тоже причина формирования застенчивости. Когда детей критикуют слишком часто, они перестают делать что бы то ни было, чтобы не совершать ошибок и не подвергаться давлению. Сложнее, если критикующие родители еще и сравнивают ребенка с более успешным братом или другом. И, наконец, дети могут просто копировать поведение родителей. Если в семье застенчивый отец или мать, то у ребенка просто не будет образцового примера, символизирующего уверенность в себе.  **Алгоритм действий**  Чаще говорите ребенку о своей любви к нему, обнимайте его и хвалите даже за мелкие достижения. Не контролируйте любое действие малыша и не выстраивайте спартанскую систему правил. Будьте терпимы, помогайте, если требуется. Чаще демонстрируйте уверенность в присутствии детей. Не замыкайте вашу семью в четырех стенах. Признавайте свои ошибки. Это покажет малышу, что любой человек ошибается и что сам ребенок тоже имеет право на ошибку. Ни с кем не сравнивайте малыша и не навешивайте на него ярлыки. Если он стесняется в присутствии незнакомых людей, дайте ему время освоиться и не обсуждайте ни с кем его стеснительность. Способствуйте самовыражению ребенка, особенно когда он боится этого в общении. Кружок по интересам, творчество — все это поможет ему познать самого себя и избавит от стеснительности.  Психологи Дмитрий Герасимов и Татьяна Бандик Источник: Добрый сосед, №18, 2014 г   |  | | --- | | **5 важных вещей, которым нужно научить ребенка** |  |  | | --- | | Работа с родителями - Беседы, консультации для родителей | | жизненная мудростьРебенок должен понять, как ему жить и чем заниматься в жизни. И помогут в этом элементарные вещи, которым научить ребенка должны родители.  **1. Любить себя**  Все говорят о том, что нужно любить себя, но не многие следуют этим словам. Чтобы ребенок начал любить и ценить себя, необходимо окружить его заботой, вниманием и добротой.  **2. Не бояться ошибок**  Каждый человек ошибается, это нормально. Важно объяснить ребенку, что на ошибках нужно учиться, а не повторять их. Можно рассказать малышу о своих ошибках, о том, почему они были допущены и как их можно исправить.  **3. Общаться с людьми**  Навыки общения подразумевают не просто умение говорить с кем-то, но и знакомиться с новыми детьми. Ребенок должен научиться правильно выражать свои мысли, понятно изъясняться. Все это очень пригодится ребенку в будущем.  **4. Уважать других**  Лучший пример для ребенка -его родители. Если ребенок будет видеть, как родители в его присутствии говорят о других в неуважительном тоне, он будет так же относиться к окружающим. Вместо этого родители должны объяснить ребенку, что окружающих нужно уважать.  **5. Ценить то, что имеешь**  Люди часто не ценят то, что имеют, поэтому необходимо с детства объяснить ребенку, что он должен научиться ценить каждую секунду, все мелочи, начиная от подаренных вещей и заканчивая близкими людьми. | | |
| **Ребенок не хочет делать уроки** |

|  |
| --- |
| Работа с родителями - Беседы, консультации для родителей |
| готовим урокиЧто делать, чтобы ребенок готовил уроки с удовольствием?  ***Надо  переключиться.***Не  нужно   гнать  ребенка за письменный стол сразу после возвращения из школы. Дайте ему время отдохнуть и переключиться. Обычно на это нужно от 1 до 2 часов. В этот промежуток можно пообедать, поиграть, погулять на улице. ***В один и тот же час.***Лучшее время для подготовки домашних заданий с 15 до 18 часов. Это должно стать ежедневным ритуалом. Каждые полчаса следует делать десятиминутный перерыв, иначе дети теряют концентрацию. ***Вначале нужна поддержка.***Ребенок сам не способен организовать свою учебную работу. Поэтому в течение 2 лет ему должны помогать родители. Будьте поблизости. Проверяйте уроки, дайте понять, что он может обратиться за помощью. Так он обретет веру в свои силы и избавится от беспокойства. ***Никакого давления.***Случается, что ребенок никак не может справиться с заданием. Не нужно давить на него или засиживаться за уроками. Можно вернуться к задачке позже. ***Посторонняя помощь.***Важно налаживать дружеские отношения с учителями. Они посоветуют, как помогать ребенку в учебе дома и предупредят, если он начал отставать и нуждается в дополнительных занятиях. |