

*Кондратьева О.В.,  
студент магистратуры*

*2 курс, факультет «Дошкольной коррекционной психологии и педагогики»*

*Чувашский государственный педагогический университет*

*Россия, г. Чебоксары*

*Краснова Е.И.,*

*Воспитатель*

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение*

*"Детский сад "Рябинушка" Красночетайского района Чувашской*

*Республики*

*Россия, г. Чебоксары*

## **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ЗАСТЕНЧИВЫМ И ТРЕВОЖНЫМ ДЕТЯМ**

***Аннотация:** в статье раскрываются причины застенчивых и тревожных детей, а так же подчёркиваются сложности, которые ребенок испытывают при общении со сверстниками и взрослыми.*

***Ключевые слова:** застенчивость, тревожность, неуверенность, гиперопека, авторитарность.*

***Abstract:** the article reveals the causes of shy and anxious children, as well as highlights the difficulties that a child experiences when communicating with peers and adults.*

***Keywords:** shyness, anxiety, insecurity, overprotection, authoritarianism.*

Эффективность помощи педагога-психолога определяется правильным вычленением причин той или иной проблемы. В процессе первичного сбора информации важно понять, что именно мешает ребенку жить, взаимодействовать со сверстниками, с взрослыми.

Прежде всего, раскроем, особенности застенчивых и замкнутых детей. Ребята, имеющие такие проблемы, очень болезненно реагируют на какие-либо изменения в их жизни, испытывают страх перед чужими людьми и новой обстановкой. Тем не менее, это различные проблемы. Замкнутый ребенок чаще всего не знает, что надо делать, и не хочет общаться. У него нет потребности в окружающих людях. А застенчивый малыш знает, что надо делать, хочет этого, но не может применить свои знания [1 с. 56].

Застенчивых детей не видно в группах, они послушны и выполняют просьбу знакомого взрослого. Многие взрослые считают их хорошо воспитанными и послушными, в то время как внутренне ребенка очень скован и испытывает дискомфорт в общении с незнакомыми людьми. Чаще всего взрослые обращаются к специалисту лишь тогда, когда застенчивость начинает мешать им и самому ребенку: он боится всего, что ему незнакомо, отказывается от общения со сверстниками, постоянно краснеет, когда к нему обращаются. Не отвечает, если даже знает ответ на вопрос, ничего не может делать в присутствии посторонних, старается найти какой-нибудь укромный уголок, начинает сильно заикаться или безостановочно болтать и нести чепуху. Проблема состоит в том, что страх нового боязнь обратить на себя внимание блокируют развитие и эмоциональной, и интеллектуальной сфер личности ребенка. У таких детей секундная игровая деятельность, так как для них неразрешима даже самая простая житейская задача – подойти к другому, попросить игрушку, договориться о совместной игре [4 с. 48].

Несмотря на внешнюю бесчувственность, застенчивые дети испытывают такую же бурю эмоций, как и другие дети, не имеющие проблем в развитии. Но они не могут их проявить, отреагировать внешне. Это способствует тому, что дети «кипят» внутри и часто обращают эту негативную энергию на самих себя, что стимулирует развитие аутоагрессивных и невротических проявлений (тики, пощипывания, навязчивые движения и т. д.).

Застенчивость опасна тем, что в старшем дошкольном возрасте, она препятствует налаживанию контактов, достижению успехов в личностной и

профессиональной сфере. Такие дети каждое свое действие проверяют через мнение других, его внимание сосредотачивается в большей степени на том, как его действия оценят взрослые. Тем не менее, часто встречаются застенчивые дети, имеющие авторитарных родителей, возлагающих неоправданно большие надежды на своего ребенка. Таким образом, у ребенка развивается комплекс, несоответствия, и он все больше убеждается в своей несостоятельности. Отсюда и отказ от деятельности. Воспитание детей в стиле «Золушки», нарушение личностного взаимоотношения между детьми и взрослыми (как родителями, так и педагогами) способствуют выработке у него психологической защиты, заключающийся в том, что ребенок перестает проявлять инициативу в общении и деятельности, ведет себя тихо и незаметно, не делает лишних движений, чтобы не «вызвать огонь на себя» [3 с. 61].

Застенчивость часто встречается у единственных в семье детей, у которых по той или иной причине был ограничен круг общения.

Застенчивость встречается и у детей, воспитывающихся в неполных семьях одинокими матерями. Мать, пережившая обиду и желающая огородить от этого ребенка, представляет малышу окружающих как нехороших и злых. Такая установка в зависимости от личностных особенностей ребенка, развивает либо агрессивность, либо застенчивость. Поэтому, можно считать, что основной причиной застенчивости детей дошкольного возраста является неадекватный стиль воспитания в семье.

Тревожность входит в симптомокомплекс застенчивости. По мнению Е.К. Лютовой и Г.Б. Мониной, тревожность развивается у детей тогда, когда у них имеется внутренний конфликт, провоцируемый завышенными требованиями взрослых, их желанием поставить ребенка в зависимое от себя положение, отсутствием единой системы требований, наличием тревожности у самих взрослых. Механизм тревожности заключается в том, что ребенок находится в постоянном ожидании неприятностей, проблем и конфликтов, он не ждет ничего хорошего от окружающих [4 с. 74].

Рекомендации родителям застенчивого ребенка должны включать следующие моменты:

1. Фон общения с ребенком должен быть спокойным и доброжелательным.
2. Необходимо свести до минимума критику и негативные оценки поведения ребенка, а в отношении его личности такие оценки вообще недопустимы.
3. Главный козырь взрослых – это терпение и тактичность.
4. Необходимо развивать у ребенка инициативность и самостоятельность.
5. В быту необходимо стимулировать ребёнка к разностороннему общению: обратиться кому-то с просьбой, отдать что-либо (деньги – продавцу и т. д.) на первых этапах присутствие и участие знакомого взрослого обязательно [2 с. 137].

Педагогу – психологу важно помочь родителям выработать единую стратегию в общении с застенчивым ребенком, научить их навыком конструктивного общения.

#### **Используемые источники:**

1. Лютова Е.К. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми: [Комплекс. программа] / Е.К. Лютова, Г. Б. Моница. - СПб.: Речь, 2000. - 189 с.
2. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога / Р.В. Овчарова. - 2-е изд., дораб. - М.: Просвещение: Учеб. лит., 1996. - 351 с.
3. Широкова Г.А. Практикум детского психолога / Г.А. Широкова, Е.Г. Жадько. – Изд. 3-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2005.- 314 с.
4. Шишова Т.Л. Застенчивый невидимка: Как преодолеть дет. застенчивость / Т. Шишова. - М.: Изд. дом "Искатель", 1997. - 93,[2] с.