





**Застенчивость (стеснительность, робость)** - состояние психики и обусловленное им поведение животных и человека, характерными чертами которого являются: нерешительность, боязливость, напряжённость, скованность и неловкость в обществе из-за неуверенности в себе.

**Быть застенчивым** - значит бояться общения. Застенчивый ребёнок воспринимает окружающих людей (особенно незнакомых) как несущих определённую угрозу.



Застенчивость и робость могут привести к одиночеству, отчуждению и страху перед сложными жизненными ситуациями.

**Цель:** расширить представления родителей о способах и методах преодоления застенчивости.

**Задача** - помочь ребенку повысить самооценку в конкретных видах деятельности, поддержать его уверенность в себе.



# Природа застенчивости

- ✓ **Исследователи личности** (такие как Рэймонд Кэттелл) убеждены, что застенчивость передается по наследству, точно так же, как умственные способности или рост человека.
- ✓ **Бихевиористы** полагают, что застенчивым просто недостает социальных навыков, необходимых для полноценного общения с другими людьми.
- ✓ **Психоаналитики** говорят, что застенчивость — это не что иное, как симптом выражения на сознательном уровне бушующих в подсознании глубинных психических противоречий.
- ✓ **Социологи** считают, что застенчивость можно понимать в аспекте социальных установок: мы смущаемся, когда речь заходит о соблюдении общественных приличий.
- ✓ **Социопсихологи** утверждают, что застенчивость дает о себе знать с того момента, как человек говорит себе: **«Я застенчив»**.



- Исследование, проведенное Полом Пилконисом, выделило два основных типа застенчивых людей:

1. те, кто стесняется на публике
2. те, кто стесняется перед самим собой

- На вопрос: «почему мы застенчивы?» разным специалистами выдвигаются различные варианты ответов:

1. Исследователи личности убеждены, что застенчивость передается по наследству, точно так же, как умственные способности или рост человека.
2. Современная версия теории врожденной застенчивости принадлежит Рэймонду Кэтеллу. Он уверен, что личность индивидуума складывается из набора основных качеств, которые можно определить, систематически проанализировав ответы человека на вопросы теста.

Ответы коррелируются, затем они сопоставляются с ответами родителей или детей, и таким образом выясняется, передана черта «по наследству» или нет.

# Психологические особенности застенчивых детей



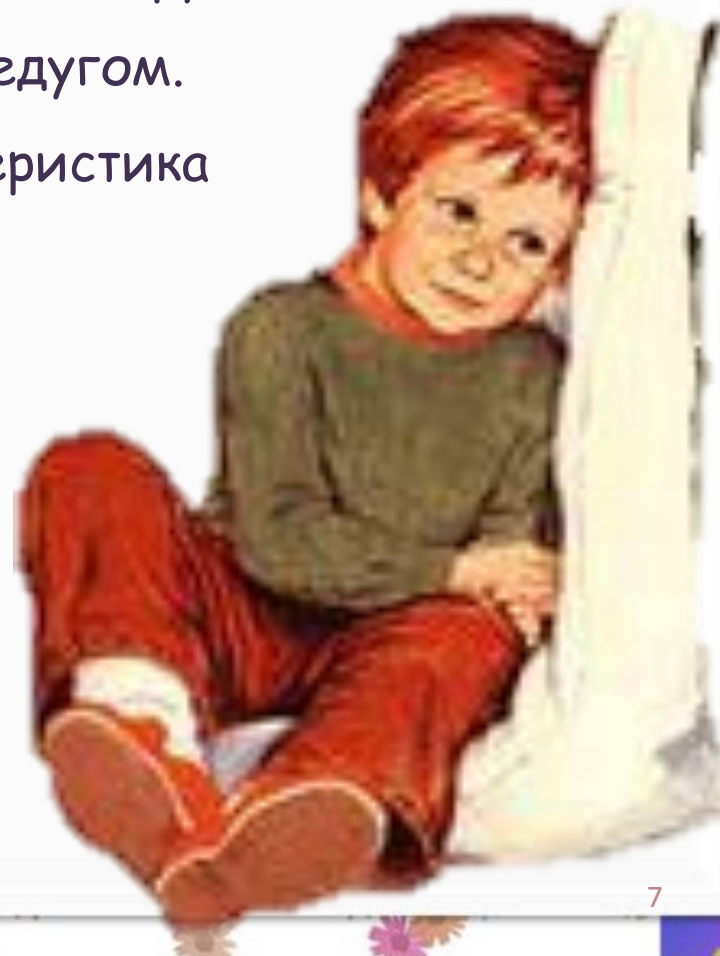
**Застенчивость** - это особенность, характерная для очень многих людей, как детей, так и взрослых.

Наверное, эту черту можно назвать наиболее распространенной причиной возникновения коммуникативных трудностей.

Застенчивость может быть душевным недугом.

Как правило, застенчивость, как характеристика поведения, начинает складываться в дошкольном возрасте.

С течением времени её проявления становятся более устойчивыми и распространяются на всю коммуникативную сферу человека.



# Причины застенчивости

- ✓ Наследственность
- ✓ Копирование поведения
- ✓ Недостаток комфорта
- ✓ Чрезмерная забота родителей
- ✓ Противоречия в воспитании
- ✓ Отсутствие родительского участия
- ✓ Дразнения, угрозы, критика
- ✓ Семейные проблемы
- ✓ Негативный социальный опыт





# Симптомы застенчивости

Застенчивость «читается» по внешним признакам:

- ❖ покраснение лица;
- ❖ потливость;
- ❖ дрожь;
- ❖ учащение сердцебиения;
- ❖ стесненное дыхание;
- ❖ согбенная поза;
- ❖ опущенные вниз глаза;
- ❖ тихий голос;
- ❖ скованность мышц и движений.



# Для застенчивых детей характерно следующее

- они ощущают на себе взгляд другого человека;
- чувствительны к еле слышимым или очень высоким звукам;
- не переносят прямых физических контактов с другими людьми и могут на них отреагировать даже шоковым состоянием;
- многолюдье и человеческая суета их очень утомляют;
- они очень медленно и постепенно привыкают к новым для них ситуациям и окружению;
- часто им не хватает социальных навыков или уверенности в себе.



## Родителям рекомендуется:

1. «Проигрывать» ситуации общения с другими людьми, используя ролевые игры и кукольный театр.
2. На детской площадке подходить вместе с ребенком к горке, качелям, чтобы он смог съехать с горки и покачаться.
3. Учите и читайте стихи по очереди за всех героев.
4. Приглашайте домой хорошо знакомых детей, и наблюдайте, как играет Ваш ребенок.
5. Определите тип темперамента своего ребенка и выбирайте игры и упражнения согласно с его темпераментом.
6. Постарайтесь снять напряжение, занимаясь физическими упражнениями, танцами.



- КАК НАДО ВЕСТИ СЕБЯ  
РОДИТЕЛЯМ С ЗАСТЕНЧИВЫМ  
РЕБЕНКОМ

- КАК НЕ НАДО ВЕСТИ СЕБЯ  
РОДИТЕЛЯМ С ЗАСТЕНЧИВЫМ  
РЕБЕНКОМ

- НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ  
РОДИТЕЛЯМ, ДЕТИ  
КОТОРЫХ ЗАСТЕНЧИВЫ

- ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ  
ЗАСТЕНЧИВЫХ ДЕТЕЙ

- ПЯТЬ СОВЕТОВ, КАК  
ПОМОЧЬ ДЕТЯМ ПРЕОДОЛЕТЬ  
ЗАСТЕНЧИВОСТЬ

- РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ  
РОДИТЕЛЕЙ ЗАСТЕНЧИВОГО РЕБЁНКА

- РЕКОМЕНДАЦИИ  
РОДИТЕЛЯМ

- ФОРМЫ И МЕТОДЫ  
РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ  
ЗАСТЕНЧИВОГО РЕБЕНКА

**Спасибо за внимание!**

