МБДОУ «Детский сад № 22»

Конспект, предназначенный для работы с родителями

по преодолению психологических затруднений в общении

(застенчивости) у детей среднего дошкольного возраста

Составитель:

воспитатель МБДОУ «Детский сад № 22»

Родина Татьяна Алексеевна

2019 год, Рязань

**Конспект индивидуальной консультации для родителей**

**Тема: «Как помочь ребенку 4 лет преодолеть застенчивость»**.

По инициативе воспитателя.

**Цель:** повышение компетентности родителей в вопросах преодоления застенчивости у ребенка.

**Образовательные задачи:** раскрыть содержание понятия «застенчивость» и её негативное влияние на развитие личности ребенка; выяснить причины застенчивости и познакомить со способами её преодоления.

**Развивающие задачи:** развивать коммуникативные навыки.

**Воспитательные задачи:** воспитывать доброжелательные детско-родительские отношения.

**Форма проведения:** беседа.

**Участники:** родители, воспитатель.

**Место проведения:** помещение группы.

**Оборудование:** памятка для родителей, набор картинок с эмоциями, картотека игр, фигурки зайцев, собачки.

**Ход беседы.**

**1.** Воспитатель приглашает маму ребенка на индивидуальную беседу в удобное для нее время (обговорить заранее).

**2.** *Приветствие воспитателем мамы.*

Здравствуйте, уважаемая Екатерина Васильевна! Благодарю Вас, что откликнулись на моё приглашение побеседовать о Диане.

**3.** *Приветствие мамой воспитателя.*

Здравствуйте, Татьяна Алексеевна! Я готова побеседовать о своей дочке.

**4.** Выявление проблемы.

Диана старательная, аккуратная девочка. Все делает не спеша, но очень тщательно. На занятиях внимательна, активно работает самостоятельно. Однако я заметила, что Диана испытывает некоторые трудности в ситуациях общения. Выказывает робость, стеснение при обращении к ней как взрослых, так и других детей. Например, на занятиях Диана не отвечает на обращенный к ней вопрос даже, если знает ответ или его просто нужно повторить, или отвечает очень тихо. В играх участвует только с некоторыми 1-2 детьми. Предпочитает наблюдать за игрой других. Отказывается выступать на утренниках и не объясняет причину отказа, то есть начинается замыкаться в себе.

Замечали ли Вы подобное поведение за Дианой в других условиях? Вы говорили мне ранее, что она в гостях, на детской площадке ведет себя робко.

- Да. Диана даже с нашими друзьями взрослыми не общается, не отвечает на приветствия, прячется за меня. На детской площадке играет одна, на приглашение других детей не отвечает. Меня это беспокоит.

- Я хочу познакомить Вас с некоторыми способами преодоления стеснительности у ребенка.

**5.** *Понятие «застенчивость» и способы ее преодоления.*

*Застенчивость –* это комплекс ощущений неловкости, растерянности, препятствующий нормальному общению, наиболее часто проявляется в ситуации знакомства с новыми людьми. 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, если вовремя не обратить на это внимание.

Диана, как все застенчивые дети ведет себя, как правило, тихо и спокойно. Она всегда послушна, исполнительна, редко делает что-либо недозволенное, не проявляет инициативу. В играх и других видах деятельности занимает, как правило, второстепенные роли, либо вообще не принимает участие, сидит тихо и занимается каким-либо своим делом. Застенчивые дети испытывают страх любых публичных выступлений, даже если это всего-навсего необходимость отвечать на вопросы знакомого воспитателя на занятиях. Они редко выступают на праздниках, при выступлении часто теряются, забывают слова, стремятся быть незаметными в группе сверстников. Как правило, проявляют скованность в новой ситуации. В контакте со взрослыми стараются избегать встречаться с собеседником глазами. Застенчивые дети постоянно ориентированы на оценку своих действий.

Основные затруднения в общении застенчивого ребенка с другими людьми лежат в сфере его отношения к самому себе и отношения к нему других людей. У такого ребенка, как правило, бывает занижена самооценка. Он часто сомневается в положительном отношении к себе других людей, особенно незнакомых. Сосредоточен не столько на том, что делает, сколько на том, как его оценят взрослые. Это препятствует реализации его подчас очень хороших способностей и адекватному общению с другими. У ребенка в дальнейшем пропадает познавательный интерес, он замыкается в себе. Но в ситуациях, когда ребенок "забывает о себе", он становится таким же открытым и общительным, как и его незастенчивые ровесники.

Помочь ребёнку преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться - задача вполне выполнимая при условии объединения усилий воспитателей и родителей.

В первую очередь нужно выяснить причину застенчивости Диана. Я заметила, что с Вами девочка открыта, общается уверенно, свободно. В присутствии же папы Диана замыкается, сразу опускает голову, становится более медлительной, чем обычно. Он, как правило разговаривает с ней строго, постоянно поторапливает, делает замечания. Скажите, пожалуйста, это обычная форма общения между папой и дочкой и как Вы относитесь к этому? Обсуждаете ли с ним этот вопрос?

*- Да, я тоже считаю, что муж излишне строг к дочери, говорю ему об этом, и всегда стараюсь сгладить их взаимоотношения. Муж считает, что строгость не повредит.*

Чрезмерная требовательность или, наоборот, опека могут способствовать появлению неуверенности и робости у ребенка. Несогласованность требований родителей ставит Диану в тупик, она просто не знает, что ей делать. Поэтому одним из основных способов преодоления застенчивости у ребенка является *пересмотр отношений родителей к ребенку*. Выработка единых требований в соответствии с его возможностями.

Способов справиться с застенчивостью разработано немало. Я отобрала лишь несколько.

*Не называйте ребенка «стеснительный».* Не называйте его тихоней. Не говорите соседям и гостям в присутствии ребенка: «Он у нас боится чужих». Таким образом, Вы как бы закладываете программу его дальнейшего поведения. Не разрешайте другим людям подсмеиваться над вашим ребенком и стыдить его за робость.

*Укрепляйте веру ребенка в себя* («У тебя все получится», «Ты хорошо подготовлен»). 3а неудачи не ругайте. Не сравнивайте своего ребенка с другими. Главная задача - сформировать у него уверенность в себе, чувство собственного достоинства.   
 *Расширяйте круг общения своего ребёнка*, чаще приглашайте к себе друзей Дианы, берите ее в гости к знакомым, расширяйте маршрут прогулок, учите ребёнка спокойно относиться к новым, незнакомым местам. Показывайте Диане как можно инициировать общение. Например, вы пришли на игровую площадку и не увидели ни одного знакомого ребенка. Сама Диана стесняется завести дружбу с другими ребятами. Посоветуйте ей помочь другим детям в их игре, например, предложить им свою игрушку. Также раскрепоститься могут помочь несколько комплиментов, сделанных Вами в сторону ребят.

*Привлекайте ребёнка к выполнению разнообразных поручений, связанных с общением*. Поощряйте контакты с «чужими взрослыми»: например, чтобы Диана попросила продавца показать понравившуюся игрушку, самостоятельно купить мороженное. Или в гостях у соседки («У нас кончилась соль, пойдем попросим у соседки»). При этом старайтесь находиться рядом с ребенком, чтобы он чувствовал себя уверенно и спокойно. Для инициирования общения можно использовать простенькие «домашние заготовки». Тренировка разговорных навыков по телефону с доброжелательным собеседником не так страшна для застенчивых детей, как беседа лицом к лицу. Также можно использовать методику телефонного разговора. Это, когда Вы с ребенком как-бы звоните друг другу по телефону по какому-нибудь делу или вопросу.

Очень полезны в таком случае будут и сюжетно-ролевые игры. Такие как, «Семья», «Больница», «Магазин», «Автобус» и т. п., в которых проигрываются ситуации общения. Главная роль в игре поначалу будет принадлежать Вам. То есть, играя в «Магазин», сначала Вы выступаете в роли покупателя, а Диана продавца. Потом обязательно нужно поменяться ролями. Учите малыша благодарить и говорить «пожалуйста» – это старый и проверенный способ обучения коммуникации. Помогут раскрепостится и театрализованные игры, особенно кукольные театры, где ребенок находится за ширмой и не испытывает чувства неловкости перед зрителями. Подобные игры хорошо устраивать в выходные, приглашая на представление друзей, родственников. Конечно с согласия ребенка.

Также для формирования уверенности в себе ребенку поможет разыгрывание сценки, где он помогает робкой зверюшке стать храброй. Например, такой вариант.

Играл зайчик со своим любимым мячиком. Весело прыгал мячик. И вот подбросил зайка его высоко – высоко и не смог поймать. Укатился мячик за кустик. Подбежал зайчик к кустику, а там сидит щенок и держит его мяч. Испугался он, не знает как вернуть свою игрушку. Сидит серый и плачет. Что же делать зайке? Вариант помощи: пробегал мимо друг зайчика – белочка. Спросила она: «Почему ты плачешь?» Рассказал про свою беду заяц. «Я тебе помогу, - сказала белочка, - надо подойти к щенку и сказать: «Здравствуй, спасибо, что ты нашел мой мяч. Давай играть вместе.» Зайчик так и сделал. И стали они играть втроем.

После разыгрывания обязательно нужно задать вопрос: «Что случилось бы, если бы зайчик не послушал белочку и не спросил у щенка свой мяч? Наверное, он остался бы без мяча и не поиграл бы.»

Раскрепощению эмоциональной сферы, лучшему освоению языка эмоций хорошо способствуют игры - пантомимы, например, такие как «Угадай эмоцию», «Где мы были, не расскажем, а что видели - покажем», «Кто к нам пришел», «Куклы пляшут», и др. Желательно, что бы в игре участвовали несколько взрослых и детей.

*Игра «Угадай эмоцию»*

Предлагаю Вам поиграть в игру «Угадай эмоцию». Представьте, что вы Диана.

Диана я расскажу тебе одну интересную историю, которая приключилась с твоим любимым мишкой. Однажды мишка встретил колобка. Колобок показал ему свои фотографии. «Ой, какой ты везде разный!» - удивился мишка. Тогда колобок рассказал ему: «На этой фотографии я веселый, потому, что мне рассказали смешную историю и я долго смеялся». – Покажи, Диана, где колобок веселый.

- «А здесь я сердитый: я увидел, как злой мальчишка обижает маленького и рассердился». – Покажи, где колобок сердитый.

- «А здесь я спокойный, добрый. Как ты думаешь, почему?» «Ты, наверное, увидел свой любимый цветок.»

- Покажи, где колобок добрый. А ты, как думаешь, почему колобок добрый?

- «А здесь я удивленный. Угадай почему?» Задумался мишка.

- Помоги ему, Диана. Покажи где колобок удивленный и придумай почему он удивился.

- Посмотри, а у колобка есть фотография, где он задумчивый. Покажи ее. Интересно, о чем задумался колобок, как ты думаешь?

- «А здесь я грустный. У меня сломалась любимая игрушка и я грустил». А тебе бывает грустно?

- Покажи, Дианочка, где колобок грустит. И расскажи, когда тебе бывает грустно.

Но грустить долго не стоит. Игрушку можно попробовать починить (ситуация в зависимости от ответа ребенка) играть в нее весело с другом.

Чтение ребенку художественной литературы про смелые поступки поможет ему приобрести опыт поведения в разных ситуациях, который в дальнейшем поможет Диане справляться со своей робостью. Это, например, сказка «Пых», «Крошка Енот», «Сказка о храбром зайце» и др.

В детском саду мы также проводим игры на развитие коммуникативных навыков. Диана активно и с удовольствием играет в подвижные игры, игры – имитации. Стала играть в сюжетно-ролевую игру «Больница», принимая и ведущую роль врача. В преддверии новогоднего праздника разучиваем с Дианой небольшое стихотворение в качестве подарка маме и папе. Надеюсь к утреннику мы будем готовы.

Поддерживайте ребёнка, подчёркивайте его успехи в делах, а также рассказывайте ребёнку о том, как много нового и интересного можно узнать, общаясь и играя с другими детьми и взрослыми.

Есть у Вас вопросы ко мне?

**5.** Предлагаю Вам в помощь памятку, в которой вы найдете для себя рекомендации, как вести себя с ребенком, и картотеку игр, направленных на развитие коммуникативных навыков и преодоление застенчивости и робости.

Будьте терпеливы, и вскоре ваш ребенок будет свободно общаться! Спасибо Вам! Это была наша первая встреча, надеюсь, что на следующую Вы придете вместе с папой. Всего хорошего!

6. Спасибо, до свидания, Татьяна Алексеевна!

**Картотека игр для преодоления застенчивости**

**Игра «Куклы пляшут»**

*Цель.*Овладение поведением в совместной деятельности, развитие самостятельности.

*Игровой материал.* Для игры нужны куклы средних размеров.

*Ход игры.* Взрослый предлагает нескольким детям: «Смотрите, какие куклы пришли сегодня поиграть с нами! Таким нарядным куклам, наверное, очень хочется поплясать, но сами они плясать не умеют. Ведь они совсем маленькие и привыкли, что их берут на руки и танцуют с ними».

Взяв куклу, взрослый показывает, как можно с ней танцевать. Потом он подзывает половину детей, предлагает каждому выбрать куклу. Дети с куклами становятся вокруг взрослого и вместе с ним выполняют плясовые движения. Например, слегка поворачивают куклу в руках, подпрыгивают с ней, кружатся то вправо, то влево, хлопают ручками куклы и т.п. Под конец куклы в руках детей раскланиваются.

Во время выступления танцоров остальные участники игры подпевают вместе с ведущим мелодию пляски и выполняют роль музыкантов: играют на своих кулачках, как на дудочках, или изображают игру на гармошках. Когда куклы после пляски начинают раскланиваться, музыканты им аплодируют. «А теперь, — говорит взрослый, — подумайте, кому передать свою куклу». Малыши передают свои игрушки тем, кто еще не плясал. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не попляшут с куклами.

**«Справочное бюро»**

*Цели.* учить использовать ребенка разнообразные варианты просьбы: «Скажите, пожалуйста, где живут родители ежат? Будьте добры, подскажите адрес бельчат. Я хотел (а) бы узнать адрес волчат. Вы не поможете? Вы не могли бы сказать, как найти дом лисят?» и т.п.

*Материал.* Картинки с изображениями детенышей животных; панно, на котором в два ряда (верхняя улица и нижняя) расположены разноцветные дома.

*Ход игры*

Взрослый рассказывает ребенку, что малыши — медвежата, бельчата, ежата, мышата и т.п. — разбрелись по лесу, потеряли свой дом. Раскладывает карточки с изображениями детенышей лицевой стороной вниз, обращается к ребенку:

— Малыши сидят и плачут, не знают, как попасть домой. Давай поможем им, узнаем в справочном бюро, где они живут, и отведем их к маме. Ребенок берет одну карточку, называет детенышей («У меня маленькие ежата»), взрослый предлагает:

- Обратись, пожалуйста, в справочное бюро, тебе подскажут, где живут ежата. Не забудь о вежливости, обращаясь за справкой.

В справочном бюро может работать один из родителей, или можно использовать крупную игрушку — куклу, мишку и т.п. На вопрос ребенка дают ответ: «Ежи проживают на нижней улице в зеленом домике». Ребенок находит указанный дом и «отводит» малышей.

**«Угощайся пирожком»**

*Цель.* Учить детей предлагать угощение и вежливо отвечать на предложение.   
*Материал.* Картинки с изображением яблок, картофеля, капусты, клубники, брусники и т.д.

*Ход игры*

Перед игрой дети рассматривают картинки. Закрепляются названия изображенных овощей, фруктов, ягод.

— Давайте поиграем, — предлагает взрослый, — пусть это будут не картинки, а пирожки. Это пирожок с картошкой, это с брусникой и т.д. Будем угощать друг друга.

Картинки складываются в коробку. Взрослый достает одну картинку и, обращаясь к ребенку, говорит: «Угощайся, Диана, пирожком с яблоками». А ты можешь ответить: «Спасибо. Я люблю пирожки с яблоками» или «Спасибо, я сыт. Можно я угощу Олю?».   
После объяснения условий игры дети по очереди вынимают картинки и «угощают» друг друга пирожками.

**«Звонок в поликлинику»**

*Цели.* Развитие самостоятельности в детских играх; закрепление навыка ведения телефонного разговора.

*Ход игры*

1. Беседа.

— К вам приходил когда-нибудь врач на дом? Кто его вызывал? Как?

— Врача вызывают, если у больного высокая температура и он сам не может пойти в поликлинику. Врача вызывают и к детям, и к родителям, если они тяжело болеют, и к бабушкам. Это очень груст­но, когда кто-то болеет, но если вовремя вызвать врача, то можно помочь больному. Давайте поиграем в нашу игру с телефоном и научимся звонить в поликлинику. Я буду мамой, у меня заболела дочка (берет в руки куклу). Кто хочет быть регистратором в поликлинике? Регистратор принимает вызовы врача на дом, обязательно уточняет, что болит у пациента, его фамилию, имя, возраст, адрес.

2. Демонстрация вызова врача.

— Алло! Добрый день. Это регистратура детской поликлиники?

— Да. Здравствуйте.

— Я бы хотела вызвать врача на дом.

— Что случилось?

— Моя дочка заболела. Очень высокая температура и сильный кашель.

— Нет ли насморка и головной боли?

— Нет, только кашель.

— Имя, фамилия девочки? Возраст?

— Ваш адрес?

— Наш адрес...

— Врач придет во второй половине дня.

— Спасибо. До свидания.

— Всего доброго.

3. Самостоятельное разыгрывание ситуации ребенком (2—3 раза). Взрослый поощряет творчество в обыгрывании телефонно­го разговора.

**«Волшебный ключ»**

*Цель.* Закрепить умение детей использовать в речи различные варианты выражения просьбы-разрешения.

*Ход игры*

Игра организуется в ходе проведения бытовой деятельности. Например, взрослый приглашает ребенка мыть руки (на прогулку, в спальную комнату и т.п.). Встает в дверном проеме и, улыбаясь, говорит: «Дверь закрыта на замок. Кто ключ найдет, тот и дверь откроет. Вспомни пословицу: «Добрые слова замки открывают». Кто добрые слова скажет, для того и дверь откроется». Ребенок проговаривает просьбу, а взрослый стимулирует ребенка к употреблению разных вариантов формул просьбы: «А по-другому можешь замок открыть?».

Примерные формулы выражения просьбы-разрешения:

—Пропустите меня, пожалуйста.

—Позвольте пройти.

—Разрешите, пожалуйста.

—Разрешите пройти.

—Вы не могли бы пропустить меня?

—Если можно, пропустите, пожалуйста.

—Извините, я могу пройти?

**«Что мы видели, не скажем, а что делали, покажем»**

*Цель.* Развивать сообразительность и наблюдательность детей.

*Ход игры.* выбирается водящий. Он выходит за дверь. Оставшиеся договариваются, какие движения они будут делать. Потом приглашают водящего.

Ведущий. Здравствуйте! Где вы были, что вы видели?

Игроки. Где мы были, мы не скажем, а что делали покажем.

Если водящий отгадал выполняемое игроками движения, то выбирается новый. Если не смог отгадать, снова водит.

**«Угадай эмоцию»**

*Цель.* Раскрепощение эмоциональной сферы.

*Ход игры.*

Однажды мишка встретил колобка. Колобок показал ему свои фотографии. «Ой, какой ты везде разный!» - удивился мишка. Тогда колобок рассказал ему: «На этой фотографии я веселый, потому, что мне рассказали смешную историю и я долго смеялся». – Покажи, где колобок веселый.

- «А здесь я сердитый: я увидел, как злой мальчишка обижает маленького и рассердился». – Покажи, где колобок сердитый.

- «А здесь я спокойный, добрый. Как ты думаешь, почему?» «Ты, наверное, увидел свой любимый цветок.»

- Покажи, где колобок добрый. А ты, как думаешь, почему колобок добрый?

- «А здесь я удивленный. Угадай почему?» Задумался мишка.

- Помоги ему. Покажи где колобок удивленный и придумай почему он удивился.

- Посмотри, а у колобка есть фотография, где он задумчивый. Покажи ее. Интересно, о чем задумался колобок, как ты думаешь?

- «А здесь я грустный. У меня сломалась любимая игрушка и я грустил». А тебе бывает грустно?

- Покажи, где колобок грустит. И расскажи, когда тебе бывает грустно.

Но грустить долго не стоит. Игрушку можно попробовать починить (ситуация в зависимости от ответа ребенка) играть в нее весело с другом.