***Стеснительные и замкнутые дети***

Эта черта характера может сохраняться у человека всю жизнь, и часто люди говорят о ней с болью и горечью. Одна из причин этого явления – низкая самооценка. Ребёнку кажется, что над ним будут смеяться, что его не примут другие, что он хуже всех.

***Как предотвратить проблему***

Сделайте так, чтобы ребёнок чувствовал себя любимым, желанным, уважаемым.

Бережно относитесь к идеям и высказываниям малыша, даже если это просто робкие попытки как-то подать голос.

Как можно чаще называйте ребёнку его положительные, сильные черты с тем, чтобы у него формировался положительный образ себя.

Поддерживайте и поощряйте инициативы ребёнка, стремление сделать, решить что-то самостоятельно.

***Как справиться с проблемой, если она уже есть***

Если ребёнок проявляет стеснительность в разумных пределах, отнеситесь к этому как к индивидуальной особенности. Вмешаться стоит только тогда, когда вы видите, что стеснительность приводит к серьёзным проблемам: мешает заводить друзей, включаться в игры, занятия.

Не «давите» на ребёнка, не подчёркивайте его особенность, уважайте его потребность быть немного в стороне, но предлагайте такие задания, которые требовали бы включения в деятельность других детей.

Начните играть или выполнять какое-то задание вместе с ребёнком. Через некоторое время предложите другим детям присоединиться к вам. Когда они разыграются, тихо удалитесь.

Обязательно научите ребёнка нужным словам – как предложить сверстнику играть вместе.

Каждый раз, когда ребёнок будет играть вместе с другими, отметьте это: «Как приятно видеть, что ты играешь вместе со всеми».

Ограничьте время, которое ребёнок может находиться в уединении, скажите, что другим тоже хочется посидеть в одиночестве.

Не ждите скорых перемен.