**РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ЗАСТЕНЧИВОГО РЕБЕНКА**

1. **Необходимо проявлять истинный интерес к проблемам ребенка, выслушивать его, не перебивая, проявляя сочувствие, давая ему возможность открыться.**
2. **Если к ребенку кто-то обратился с вопросом, не следует спешить тут же отвечать за него, надо предоставить ему самому пойти на контакт**
3. **Необходимо ставить перед ребенком задачи, которые он может решить, постепенно поднимая планку.**
4. **Уверенность в себе вырабатывается за счет успеха (успех порождает успех, неудача-неудачу).**
5. **Обучать навыкам общения: проигрывать с ребенком ситуации общения с другими детьми, используя ролевые игры и кукольный театр. С маленькими детьми легко можно использовать игрушки, скажем, проиграть вместе историю плюшевого зайки, который боялся заговорить с другими зверятами: пусть ребенок сам придумает, как его персонаж справится с этой проблемой.**
6. **При чтении и заучивании стихов необходимо предлагать ребенку проиграть их по очереди за всех героев. Застенчивые дети обычно тихие и незаметные, а проигрывание ролей помогает ребенку стать более артистичным, заодно побывать в роли уверенного героя и почувствовать это состояние.**
7. **В присутствии других людей не стоит отчитывать своего ребенка и сравнивать его с другими детьми (можно только с его собственными результатами).**
8. **Необходимо создать ребенку комфортные условия дома, чтобы он почувствовал себя уютно и спокойно.**
9. **Учить ребенка быть самостоятельным, ответственным за свои действия и поступки.**
10. **Обсуждать с ребенком плюсы общения. Ему будет проще справиться с робостью. Если он будет понимать. Для чего конкретно ему это нужно. Например, поговорить с ребенком о том, что, если он будет сегодня храбрым и заговорит с детьми на площадке, это может помочь ему найти новых друзей.**
11. **С ребенком можно говорить о застенчивости, но никогда и ни при каких обстоятельствах не называть его самого «застенчивым» или «тихоней». Это может прикрепиться к ребенку, как ярлык, и именно так себя он и будет ощущать. Наоборот, нужно чаще говорить: «Ты сможешь, ты справишься, у тебя все получится». Также не следует позволять и другим людям называть ребенка «тихим» и «застенчивым». Не надо объяснять окружающим, что «она у нас боится чужих», поскольку фактически ребенок воспримет это как руководство к действию.**
12. **Важно поощрять в ребенке уверенное поведение, проявление инициативы.**

