

Родителям и педагогам. (от Панченко Елены Владимировны , воспитателя коррекционной группы).

Консультации и рекомендованные игры и упражнения для детей дошкольного возраста.

ЗАСТЕНЧИВЫЙ ПОВЗРОСЛЕВШИЙ НЕВИДИМКА

Представьте человека скрюченного под грузом мыслей о своих недостатках. Он некрасивый, неловкий, неумелый, невезучий. Но утешением это ни ему, ни его родителям служить не может. Конечно, повзрослев, застенчивый человек не будет утыкаться матери в колени. Однако смотреть собеседнику в глаза не научится. И многие будут считать его лицемером, а многие надменным. Он уже не будет обращаться за поддержкой к взрослым, услышав вопрос: «Какие твои любимые занятия?» Но столкнувшись в жизни даже с незначительными трудностями, не справится, спасует. Энурез у него пройдет рано или поздно и заикание, вполне вероятно, тоже (хотя не обязательно). Зато откроется язва, начнутся сердечные боли - по схеме «где тонко там и рвется». Неудачи будут расти как снежный ком. И всё меньше будет желания и сил с ними бороться. А когда окончательно сойдут на нет детская живость и жизнерадостность, присущие, пусть в небольших дозах, даже самому тихому ребёнку, появится необходимость взбадриваться искусственным способом. Люди с заниженной самооценкой - чуть ли не первые кандидаты в алкоголики.

С собственной семьёй тоже все навряд ли сложится удачно. Быть подкаблучником - удел незавидных. И для него самого, и тем более для его матери. Девочке будет немного проще - ей хотя бы кормильцем семьи быть необязательно. А если девочка найдёт мужа, за которым «как за каменной стеной», она просто расцветает. Но вот детям её не позавидуешь. Выросшая девочка попытается взять реванш. На сильном муже не очень-то отыграешься. Ну а на детях - дело другое... Она их затюкает - захочется, чтоб её дети состоялись как личности. И не просто как личности (это мечта всех любящих родителей), а как могла бы состояться она сама. Причём это «могла бы» существует лишь в её воображении, потому что, даже избавившись от патологической застенчивости, она не стала бы принципиально другим человеком. Ну, не суждено ей быть душой компании и ярким лидером. Но смириться с этим несостоявшийся человек не может. Отними у него мечту - что останется? А самая заветная мечта «невидимки», стать лидером, добиться высоты! И снова в погоне за мечтой будет искажаться личность ребёнка, который не обязательно, но с большой степенью вероятностью унаследует многое от родителей и, соответственно, вряд ли будет отличаться большими лидерскими способностями. Если же вырывается из порочного круга, надо всячески помогать ребёнку преодолевать застенчивость, следует не перекраивать его личность, а развивать её и, преобразив недостатки в достоинства, находить им правильное применение. Патологическая застенчивость мешает ребёнку жить. Но сглаженная и преобразенная скромность начинает помогать. Особенно в нашей культуре, где это качество ценилось испокон веку. Конформизм, соглашательство, конечно, тоже недостаток, от которого может пострадать много людей. А вот умение идти на компромисс - это достоинство, тем более в наши дни, когда человечество учится быть терпимыми и избегать конфликтов. Да и пассивность, безынициативность, отсутствие честолюбия, безумно раздражает многих родителей. «Расколдованный невидимка» становится более активным. Прекрасный исполнитель называется виртуозом, а у застенчивых людей есть качества, позволяющие на столь высокое звание. Тем, что у них получается, они могут заниматься подолгу, стремясь довести до совершенства. Их важно окрылить, заставить поверить в свои силы. И друзей у них будет не сто, а несколько, но зато дружбу эту они сохранят на всю жизнь. И семьёй они будут дорожить гораздо больше, чем люди, для которых на первом месте их личные амбиции. А, следовательно, и детям в таких семьях будет теплее и уютнее... Что же касается выбора профессии, то «невидимок» даже «расколдованных», не следует

ориентировать на те сферы, где существует жесткая конкуренция, требуется бойцовые качества, - это например, бизнес или юриспруденция. Поле профессий для самоутверждения огромно. Разве хороший учитель не лидер? Но серьёзной конкуренции, которая невротизировала бы по природе несоревновательного человека, здесь нет. Дети даже умные взрослому человеку не конкуренты.

Из застенчивого человека выйдет толк. Нужно лишь, как в сказке рассеять колдовские чары вовремя. Чтобы не было слишком поздно.

Игры и упражнения для детей.

1.

Задачи:

- преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности;
- развитие паралингвистических (всеязыковых) средств общения;
- воспитание интереса и внимания к партнёрам по общению;
- снижения напряжения.

1. Беседа «Как можно общаться без слов».

Вопросы к беседе: Что даёт общение с другими людьми? Как с помощью жестов и мимики передать своё эмоциональное состояние?

2. Упражнение «Иностранец».

Педагог говорит: «Представьте, что к вам в гости приехал иностранец, который не знает русского языка, а вы не знаете того языка, на котором говорит он. Попробуйте пообщаться с ним, показать комнату, игрушки, пригласить пообедать. Помните, что всё это нужно сделать, не произнося слов».

3. Упражнение «Различная походка».

Предложить стеснительному ребёнку походить, например, как кошка или группе детей. Например: Покажи походку «Глубокого старика», «Малыша который только научился ходить», «зайца», «обезьяну», «льва», «лису», «артиста на сцене который читает стихи и поёт песню»...

2.

Задачи:

Преодоление застенчивости, замкнутости, нерешительности, развитие паралингвистических средств общения, снятия напряжения.

1. Упражнение «Расскажи стих без слов». Взрослый читает стихотворение Е. Ефимовского:

«Ждёт гостей сегодня кошка
И волнуется немножко:
Что ж ток долго не идут?
Ну а гости тут как тут...
Все спешат поздравить кошку.
Белка в тележке везёт орешки.
Кудрявый барашек с букетом ромашек.
Катит медвежонок мёду бочонок
Тащит петушок проса мешок.
А кат Тимофей принёс двух мышей.
А ещё один гость принёс в зубах кость.
Всем подаркам кошка рада,
С одного не

сводит взгляда. Догадайтесь поскорей
Чей подарок всех милей?

Инсценировка стихотворения «Ждёт гостей сегодня кошка...» Воспитатель
распределяет роли между детьми. Под повторное чтение текста дети
разыгрывают сюжет.