

Как воспитателю подготовить застенчивого ребенка к выступлению

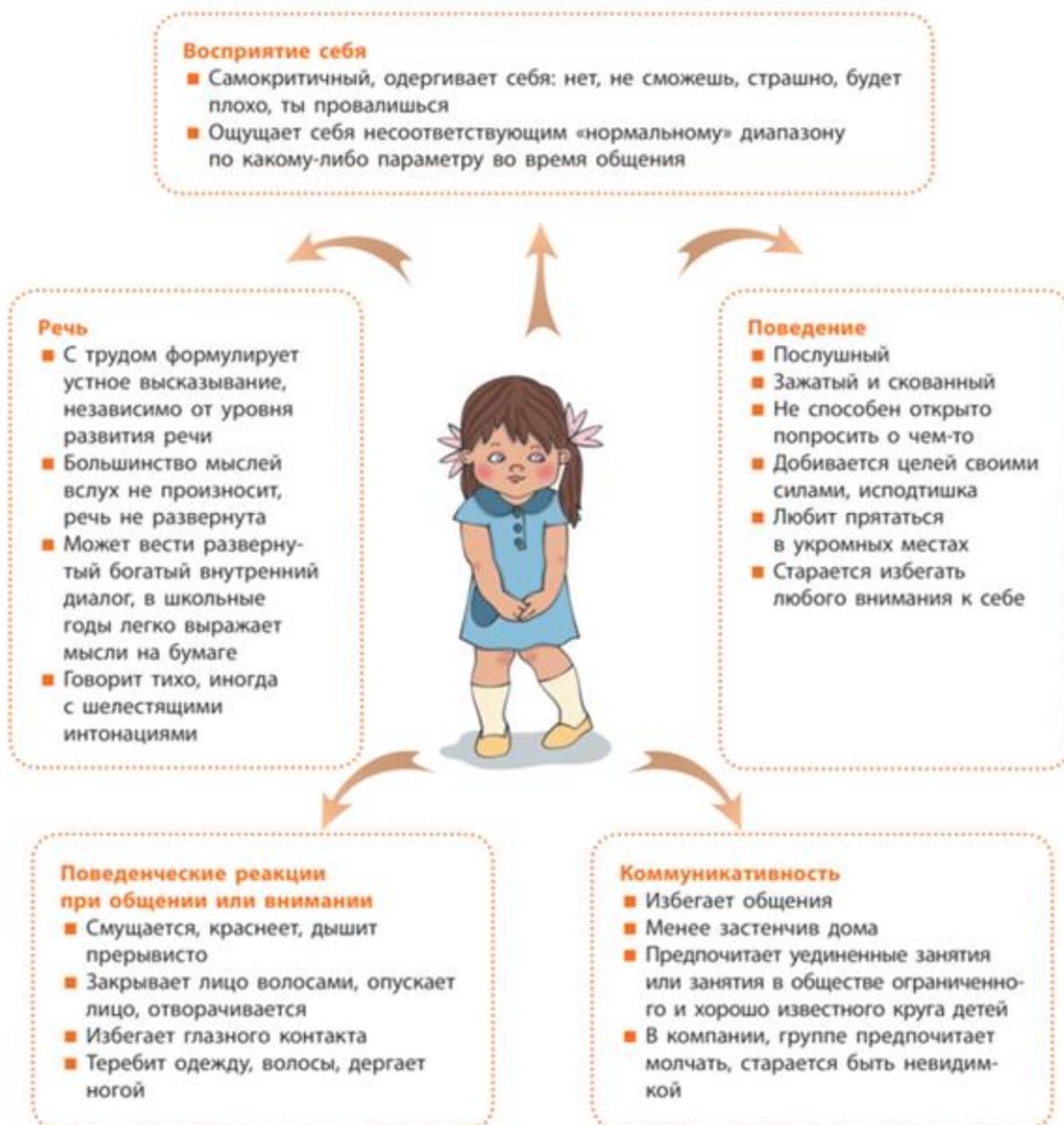
Что нужно учитывать педагогам в работе с застенчивыми детьми

Застенчивость – свойство поведения ребенка, которое проявляется в социальных отношениях. Когда застенчивый ребенок взаимодействует с другими детьми или взрослыми, то испытывает чувство тревоги и стыда. Он нерешительный, робеет перед партнером по общению, боится выступать на публике. Застенчивость возрастает, когда ребенок оказывается в центре внимания, его неожиданно похвалили или если он вынужден общаться с малознакомым взрослым или ровесником противоположного пола.

Известный психолог Филипп Зимбардо после проведения исследований пришел к выводу, что застенчивость – это следствие чрезмерной сосредоточенности на себе и своем поведении и на том, как это будет воспринято другими людьми. Ниже ознакомьтесь с его схемой – портретом застенчивого ребенка.

Шпаргалка для воспитателей «Портрет застенчивого ребенка»

Схема. Портрет застенчивого ребенка (по Ф. Зимбардо)



! В зависимости от степени выраженности застенчивости симптомы могут быть ярче или слабее

Воспитателю следует знать, что застенчивость скрывает под собой в том числе и самоподавление. Ребенок, который долго подавляет свои желания и переживания, копит внутри агрессию и может внезапно отреагировать на трудности агрессивной вспышкой. Филипп Зимбардо называл застенчивость «дремлющим вулканом насилия».

К развитию застенчивости приводят ошибки в воспитании. При гиперопеке, когда родители доминируют над ребенком, решают за него все вопросы, социальные навыки ребенка не вырабатываются. С другой стороны, когда оба или кто-то из родителей эмоционально отвергают ребенка, ребенок формирует в соответствии с этой установкой отношение к самому себе. Кроме того, он считает и невысказанное неприятие родителей или других взрослых.

Застенчивость может возникнуть из-за чрезмерной нормативности в воспитании, когда ребенка заставляют жестко следовать социальным нормам. В этом случае взрослые отучают ребенка от спонтанности, а именно спонтанность – враг и антипод застенчивости. Навешивание ярлыков – еще одна причина, вследствие которой ребенок может вырасти застенчивым. Нельзя называть дошкольника застенчивым, смущающимся. Это негативное предписание, ребенок верит в него и начинает вести себя соответственно. Такие высказывания могут иметь и отсроченный эффект, проявиться в младшем школьном, подростковом, юношеском возрасте.

Некоторые соматические заболевания, СДВГ, черепно-лицевые или другие аномалии также могут приводить к застенчивости. Поэтому педагогам следует быть более внимательными к таким детям.

Проявить застенчивость может каждый ребенок. О застенчивости как психологической проблеме можно говорить, если такие ситуации стойко повторяются и если поведение ребенка при социальном контакте отличается сильной скованностью и напряжением.

Воспитателям не приходится призывать застенчивого ребенка к порядку или повторять инструкции по много раз. С ним возникают другие сложности: ребенок может испугаться, потерять самоконтроль, расплакаться, если окажется в центре внимания или если воспитатель попытается организовать его взаимодействие с другими детьми.

Родители ошибочно ожидают, что, если ребенок ходит в детский сад и занимается там разными видами деятельности с ровесниками, это снизит его застенчивость. Однако насильное вовлечение ребенка в командную деятельность может стать для него стрессом и только усугубит ситуацию.

Не заставляйте такого ребенка выступать на всех утренниках, перед живой публикой или камерой, эти испытания могут усилить его застенчивость. Воспитателям нужно создать и поддерживать в группе условия, в которых ребенок будет ощущать социальную безопасность, тогда он сможет постепенно накопить положительный социальный опыт.

Каких правил придерживаться педагогам

Воспитателю следует придерживаться основных правил в работе с застенчивыми детьми, особенно когда начинается подготовка к праздничным мероприятиям. Именно в этот период застенчивые дети испытывают повышенное внимание к себе и даже давление со стороны родителей, которые хотят увидеть дочку или сына главным героем на празднике.

Чтобы не провоцировать стресс, важно учитывать особенности застенчивого ребенка ежедневно, во время каждого режимного момента. Ниже читайте семь правил, которые воспитателям необходимо использовать в работе с застенчивыми воспитанниками.

Адаптируйте ребенка к пространствам группы и прогулочной площадки

Застенчивых детей меньше там, где можно действовать не по команде, а спонтанно, где атмосфера и обстановка приближены к условиям спокойного семейного пребывания. Отводите детям время на свободную активность, когда они могут расходиться по группе и делать что-то по своему желанию.

Застенчивым воспитанникам давайте задания, которые позволят исследовать территорию. Например, предложите: «поищи для меня в ящике игрушки, у которых есть что-то красное», «можешь найти мне веточек небольших, я придумаю с ними поделку?».

Используйте маски

Застенчивые дети легче принимают роль, знакомятся, говорят свое мнение от чужого лица. Купите или изготовьте однотонные картонные маски и вместе с детьми декорируйте их. Каждый день напоминайте, что желающие могут побыть в масках.

Применяйте и другие средства, которые помогут ребенку ощутить себя «немножко не собой» – парики из мишуры или цветных ленточек, афрокосички, карнавальные шапочки, солнечные очки, аквагрим. В условиях пандемии можно использовать медицинские маски – предложите детям нарисовать на них, например, оскал зверя, улыбку или усы.

Устанавливайте шатры и укрытия

Застенчивые дети отлично взаимодействуют с остальными в шалаше. В этом случае работает тот же механизм, что и с масками: меня не видно – мне не страшно.

Для укрытий подойдут, например, спальные мешки, столик, покрытый скатертью до пола домик, уголок уединения. Также используйте любые игрушечные шатры, вигвамы, коробки, стены из кубиков или картона, которые могут возвести сами дети, мягкие подушки и кресла.

Начинайте с малого: работайте «совочком, а не лопатой»

Не пытайтесь быстро раскрепостить застенчивого ребенка. Предлагайте ему небольшие и почти бессловесные роли, обязательно в маске, костюме.

Не пытайтесь организовать взаимодействие застенчивого воспитанника сразу со всеми детьми группы. Если ребенок смог рядом поиграть с другим – это уже хороший показатель.

Хвалите застенчивых детей

Используйте обычные ситуации вроде общения, игр, приема пищи, одевания, чтобы дать застенчивому ребенку и его родителям положительную обратную связь о его социальных умениях. Говорите в его присутствии родителям, например, так: «Сегодня Ваня с другими ребятами сделал очень интересную постройку из лего».

Скажите ребенку несколько слов о постройке, но не говорите о застенчивости. Или произнесите такую фразу: «За это время Катя стала говорить со мной громче и больше, мне это очень нравится».

Не забывайте о возможном накоплении агрессии у ребенка

Изготовьте листы гнева и разместите их в группе. Лист гнева закрепите на стену или шкаф, откуда ребенок может сорвать, смять, пнуть лист, когда злится. Время от времени предлагайте детям нарисовать или слепить то, что их злит, а потом мелко порвать или скомкать рисунок, сломать пластилиновую поделку, выпуская таким образом злость. Озвучивайте агрессивные переживания застенчивого ребенка, если вы их увидели: «по моему, ты разозлен», «ты сердисься, и я это понимаю». Не запрещайте злиться.

Учите ребенка поддерживать самого себя

Обучите простым приемам, например, «Подними руку и погладь себя по голове. Вот молодец. Вот так», «Ты справился, молодец, ну-ка скажи сам себе: молодец, Миша, молодец».

Играйте с застенчивыми детьми в игру «Имена»: каждый участник должен ласковым голосом несколько раз произнести свое имя в вариантах, например, Оля, Оленька, Олечка. Попросите детей мысленно произнести то же. Объясняйте, как важно уметь внутренне поддержать себя, говорить с самим собой как с другом.

Памятка для воспитателей «Нет и да в воспитании застенчивого ребенка»

ПАМЯТКА

для педагогов

Нет и да в воспитании застенчивого ребенка

Нет

- ✗ Никогда не называйте ребенка застенчивым, «стесняшкой».**
Что озвучивается – то закрепляется. Ребенок верит в то, что про него говорят, и начинает вести себя соответственно.
- ✗ Не опекайте чрезмерно.**
Вы усугубите проблему, если будете решать все вопросы за ребенка, подсказывать и указывать всегда и во всем.
- ✗ Не стыдите.**
Застенчивый ребенок не может усилием воли стать смелее.

Да

- ✓ Позвольте действовать свободно и спонтанно везде, где возможно.**
Свобода и спонтанность придадут ребенку уверенности, сил, раскрепостят его.
- ✓ Используйте маски, шатры, сюжетные костюмы.**
Застенчивому ребенку легче знакомиться, общаться, высказывать мнение из укрытия или не от своего лица.
- ✓ Поддерживайте способность ребенка доверять самому себе.**
Слушайте и учитывайте его мнение, вкусы, желания. Предоставьте ему возможность быть собой.