

Если ребенок застенчив и не проявляет самостоятельности:

1. Выражайте безусловное расположение ребенку.
2. Общайтесь с ребенком доброжелательным тоном.
3. Только такое общение с застенчивым ребенком не спровоцирует повышение тревожности.
4. Чаще поощряйте застенчивого и несамостоятельного ребенка. Поощряйте не только проявление способностей и знаний, но также эмоций и чувств.
5. Всегда сами предлагайте помощь ребенку, так как он сам не всегда способен ее попросить.
6. Заранее разъясните ребенку новую ситуацию и что от него требуется, так как застенчивые дети тревожны в непредсказуемых положениях.
7. Позволяйте ребенку делать ошибки. Учите его идти на разумный риск и переносить поражения. Учите тому, что неудача – это либо неправильно выбранная цель, либо неправильно выбранное средство.
8. Помогите застенчивым и несамостоятельным найти и оценить в себе все то, что есть в них хорошее, приучая принимать похвалу без излишнего смущения.
9. Не предъявляйте ребенку требований, неадекватных его возможностям.
10. Помните, что застенчивому ребенку необходима стабильность во всем, ибо любые изменения для них крайне болезненны.
11. Чаще прикасайтесь к ребенку, гладьте его, обнимайте. Прикосновение успокаивает, лечит и стабилизирует ребенка.
12. Поощряйте совместную игру застенчивого ребенка с другими детьми.
13. Учите ребенка умению общаться с другими людьми.

14. Чаще посылайте его в магазины или с какими-либо поручениями к вашим друзьям, соседям.
15. Общайтесь с ребенком на уровне его роста, «глаза в глаза», то есть в буквальном смысле склоняйтесь к нему, чтобы ваши глаза встретились в процессе разговора.
16. Создайте атмосферу доверия в своем доме: пусть дети имеют возможность говорить о своих проблемах открыто и безбоязненно.
17. Будьте открыты и искренни. Не давайте обещаний, которые не можете выполнить.