**Как помочь застенчивому ребенку?**

* Постоянно укрепляйте у ребенка уверенность в себе, в собственных силах (у тебя получится, ты ведь такой умный; я в тебя верю).
* Повысьте уровень самооценки: меньше ругайте за неудачи, не критикуйте при чужих людях, не сравнивайте с другими детьми .
* Не стоит постоянно показывать ребенку, что Вы о нем беспокоитесь, но не стремитесь оберегать его от всевозможных опасностей, чаще всего придуманных Вами.
* Предоставьте ребенку больше свободы (в разумных пределах). Например, ребенок может сам решить, какой кружок, секцию он будет посещать, какую одежду одевать.
* Не старайтесь все делать за ребенка, даже если он еще мал. Ведь и трехлетний карапуз в состоянии принести себе из другой комнаты игрушку, выбрать маечку (сегодня будет с цветочками), одеть носки и еще многое другое.
* Расширяйте круг знакомств, чаще берите ребенка в гости, посещайте новые места, приглашайте гостей к себе домой.
* Помогите найти ребенку то, в чем он превосходит сверстников.
* Помогите найти друга, который защищал бы и поддерживал его уверенность в себе, а для этого поощряйте его игры со сверстниками.
* Заранее обыграйте ситуации, при которых ребенок особенно стесняется.

Педагог-психолог: Бабурина Екатерина Михайловна