

Кожухова Татьяна Михайловна

воспитатель 1 квалификационной категории

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида № 7 "Брусничка"

Иркутская область, г. Шелехов

ЗАСТЕНЧИВОСТЬ - ЭТО ХОРОШО ИЛИ ПЛОХО?

Застенчивость - индивидуальная особенность многих людей, не только детей, но и взрослых. Многие учёные, педагоги, психологи, как отечественные, так и зарубежные, на протяжении многих лет изучают данный феномен. Следовательно, проблема до сих пор актуальна и требует исследования, выбора путей её решения.

Застенчивость без преувеличения можно назвать одной из причин трудностей в общении, установлении контактов, межличностных отношений. Психологами выявлены различные причины её возникновения и характерные особенности проявления. Учёные установили, что застенчивость (равно, как и другие черты характера) формируется ещё в детстве, в раннем возрасте, а может и до рождения. Были установлены некоторые случаи, когда застенчивость брала своё начало ещё во время внутриутробного развития вследствие стресса, испытанного матерью.

Застенчивые люди часто зависят от мнения других людей, их оценки; у них более ранимая психика, они легко поддаются чужому влиянию (не всегда хорошему, особенно у детей и подростков), давлению со стороны других. Это часто делает их беззащитными перед обществом, жизнью, особенно в наше время, когда уровень нравственности и морали в обществе значительно снижен.

Часто приходится наблюдать, как взрослые люди (коллеги по работе), имеющие большой стаж, багаж знаний, не могут поделиться своим опытом работы, публично выступить за пределами своего учреждения, выйти на более

высокий уровень, профессионально расти, так как не могут преодолеть боязнь публичного выступления, свою застенчивость, приобретённую в детстве. Значит, в своё время, никто из взрослых не обратил внимания на данную проблему, не попытался её устранить.

Часто у взрослых (педагогов, родителей) бытует мнение, что застенчивость - это положительная черта характера. Такой человек воспитан, сдержан, вежлив, умеет себя вести. В этом случае, они просто путают такие понятия, как "застенчивость" и "скромность", уровень воспитанности. Взрослые не понимают, что застенчивость - это не просто особенность характера, "украшающая человека", как было принято считать несколько десятилетий назад. Это действительно проблема, острота и актуальность которой в наше время ещё сильнее, чем раньше. Ведь в современном мире, обществе приветствуются умения человека презентовать себя, показывать свои лучшие качества для успешной адаптации в обществе, устройстве на работу, дальнейшего профессионального роста: написать резюме, отмечая свои достоинства и деловые качества; у педагогов - подать заявление на прохождение процедуры аттестации, перечислив все свои достижения, профессиональные умения и успехи, - для многих это является большой проблемой, - не умеют себя "преподнести, похвалить". А для застенчивого человека, и ребёнка, и взрослого, - это серьёзный, порой непреодолимый барьер, который тормозит его развитие во всех проявлениях (и профессиональном, и личном).

Сейчас в сфере образования происходят значительные изменения. Педагоги школ, дошкольных учреждений, дополнительного образования активно внедряют в свою работу новые современные требования и стандарты; ФГОС прочно входят в профессиональную деятельность. По данным ФГОС выпускник детского сада должен обладать необходимыми качествами, навыками для последующего обучения в школе. Требования социально-коммуникативного развития дошкольников направлены на формирование готовности ребёнка к

"*совместной* деятельности со сверстниками, чувства принадлежности к *сообществу* детей и взрослых, *позитивных* установок к различным видам *совместного* труда и творчества, основ поведения в *социуме*". Можно с уверенностью утверждать, что застенчивый ребёнок не сможет отвечать данным требованиям стандартов, потому что необходимые качества у него не будут сформированы в силу его индивидуальных особенностей. То есть, если вовремя, в дошкольном возрасте, не выявить у ребёнка данную особенность и не исправить её, в дальнейшем это может перерасти в более глубокую, устойчивую психологическую проблему, которая будет доставлять большие трудности и в детстве, и в дальнейшей взрослой жизни (адаптация в школе, протекание учебного процесса, устройство на работу, знакомство с людьми, адаптация в обществе и т.д.).

Застенчивость может проявляться по-разному (в зависимости от глубины проблемы) - от небольшого смущения, возникающего иногда в присутствии незнакомых людей, доставляющего небольшие неудобства, вплоть до тревожности (а иногда и страха), полностью нарушающей жизнь человека, делая затруднительным или невозможным сказать, что думаешь, или сделать, что хочешь.

У многих людей застенчивость принимает хроническую форму, заставляя испытывать ужас каждый раз, когда требуется сделать что-либо публично. В таком случае единственный выход для них - убежать и спрятаться либо просто избегать ситуаций публичных выступлений. Такие проявления крайней застенчивости свойственны не только детям, но и взрослым. В самом худшем случае застенчивость принимает форму невроза - паралича сознания, который даже может выражаться в депрессии.

Из всего сказанного можно сделать вывод: **застенчивость** - это комплексное состояние, которое имеет разные причины появления и проявляется

в разных формах - от легкого смущения, дискомфорта, до страха и тревожности и даже глубокого невроза.

Причины возникновения застенчивости могут быть различны. Самыми распространёнными можно считать:

- Определенный стиль воспитания в семье (**гиперопека**, лишение самостоятельности, отсутствие требовательности к детям или наоборот - сверхтребовательность, **повышенная строгость**, которая приводит к формированию **низкой самооценки** у ребёнка);

- **Отсутствие** у ребёнка возможности **общения** со сверстниками, малая контактность (особенно, если ребёнок не посещает детский сад)

- Фактор очередности ребенка в семье;

- Застенчивость родителей (ребёнок копирует модель поведения взрослых)

- Страх перед людьми

Проявление застенчивости у ребёнка нетрудно заметить: во время общения со сверстниками ребенок держится в стороне от детских игр, хотя игра явно его интересует, наблюдает за играющими, но не решается присоединиться. Часто на приглашение включиться в игру ребенок отвечает отказом из-за страха сделать что-то неправильно. В большинстве случаев ребенок хочет общаться с другими людьми, особенно детьми, сверстниками, но испытывает при общении большой дискомфорт. В силу своего маленького жизненного опыта он не знает, почему это происходит, как этого избежать; и из-за этого ему приходится подавлять свои желания к установлению новых контактов (знакомства с новыми детьми) и скрывать свои возможности.

Хотя бывает и так, что их особенность долго остается незамеченной. Тихие, застенчивые, они стараются не привлекать к себе внимания воспитателя, и это им, как правило, удаётся. Дети – невидимки не дерутся (опасаются, и умело избегают конфликтов), не носятся сломя голову на прогулке, не отбирают у других игрушки (они и друзей-то имеют мало, играть предпочитают в одиночку).

Застенчивые дети умеют не встречаться глазами с взрослым на занятии и тем самым опять-таки оставаться для него невидимками, избегают отвечать на вопрос, даже если прекрасно знают ответ. Их не заставишь выступать на утреннике, иначе, чем в хоре или общем танце – солировать они не хотят, да им никто этого и не предлагает: есть более активные и заметные дети. Поэтому профессионализм педагога заключается именно в том, чтобы не оставить это без внимания, вовремя заметить проблему.

У застенчивости есть и *положительные стороны*.

- Застенчивые люди не задевают других, они сдержанные, скромные, уравновешенные.
- Застенчивый человек может позволить себе быть более разборчивым в личных контактах.
- Застенчивость дает возможность отстраниться, понаблюдать, чтобы потом вести себя осмотрительно.

Подводя итог всему сказанному, можно отметить, что застенчивость, как индивидуальная особенность, больше характеризуется, как проблема, потому что доставляет человеку много неудобств, дискомфорта, ограничений в жизни. Но, вовремя выявленная и исправленная, она перестаёт быть "приговором" в последующей жизни. У человека появляется возможность полноценно жить, развиваться (в личностном и профессиональном плане), устанавливать новые межличностные отношения, накапливать позитивный жизненный опыт.