

Ребенок стесняется разговаривать: что делать?

*Стеснительность и осторожность в общении
нормальна для детей в возрасте от 7 месяцев и до 2,5-3 лет.*

В течение этого периода практически все дети стесняются незнакомых людей (чаще взрослых, но бывает, что и детей тоже).

Если это происходит в более взрослом возрасте, то необходимо выяснить, почему ребенок стесняется разговаривать, и что можно с этим сделать.

Почему дети стесняются разговаривать?

Можно выделить несколько основных причин, почему ребенок стесняется говорить. При этом важно понимать, что далеко не всегда такая стеснительность - это обязательно что-то плохое, какая-то патология и т.д.

Вполне возможно, что это просто особенности характера ребенка, т.е. нужно понять и принять их.

Вот несколько возможных причин:

Ребенок-интроверт. Это достаточно распространенное явление, когда даже у общительных родителей растет ребенок, который больше погружен в себя, свои мысли, ему

нравится быть наедине. Таким детям не нужно большое количество общения и друзей. В этом случае нужно принять ребенка, не внушать ему, что он должен быть душой компании.

Низкая самооценка. Это одна из основных причин такой застенчивости. Как правило, она возникает после негативного опыта коммуникации и в голове ребенка закрепляется мысль, что и все остальное общение будет приносить ему плохие эмоции.

Дети с трудностями обучения. Если ребенок отказывается говорить с другими детьми или взрослыми - это необязательно признак его застенчивости. Вполне возможно, что у него есть какие-то проблемы в развитии, в результате которых он не может строить предложения, поэтому полностью отказывается от коммуникации. Здесь речь идет о речевых, психических и интеллектуальных нарушениях, поэтому помощь специалиста обязательна.

Элективный мутизм. Существует еще такое понятие, как элективный мутизм - *это полное или частичное отсутствие речевого общения с окружающими людьми. При этом отказ от общения избирателен, т.е. ребенок не говорит в определенных социальных ситуациях.* К примеру, он может свободно разговаривать с родителями, но

полностью замолкать в общении со сверстниками, логопедом, психологом, либо просто другими взрослыми, которые не входят в круг его семьи.

Данное состояние рассматривается как проявление невроза, либо под влиянием какой-либо психотравмы. Но это может быть и особенностью реакции детей с определенным складом характера.

Здесь отдельно стоит сказать о причинах элективного мутизма. Если не рассматривать неврологические нарушения и отклонения психического развития, то одной из возможных причин развития этого состояния является определенный тип воспитания. В частности, родители таких детей проявляются гиперопеку, а также тотально контролируют жизнь ребенка.

Чрезмерная опека приводит к тому, что они буквально не дают ребенку шансов совершать ошибки и адекватно на них реагировать.

Как помочь такому ребенку?

Чтобы ребенок перестал стесняться разговаривать, то ему **необходима помощь родителей**, а в некоторых случаях - **невролога, психотерапевта, детского психолога, логопеда и других специалистов.**

Для начала нужно узнать, есть ли у ребенка какие-либо задержки в развитии или речевые нарушения. Проводится

комплексное медико-психолого-педагогическое и логопедическое обследование, которое позволяет узнать причину отсутствия речи (при сохранной способности говорить и понимать речь).

Если причина не в отклонениях психического развития, то **можно дать несколько советов родителям:**

Не практикуйте метод «клин клином»: боишься выходить на сцену - мы тебя вытащим; не хочешь выходить к доске на уроке - мы попросим учителя вызывать тебя почаще; боишься разговаривать с другими детьми - мы попросим их приходить к нам в гости каждый вечер. Это тупиковая стратегия, которая ведет только к тому, что ребенок еще больше замкнется в себе.

Нужно приучать и всячески поощрять самостоятельность в ребенке. Он должен делать что-то, совершать ошибки, пробовать - только так он станет полноценной личностью.

Играйте с ним в веселые ролевые и подвижные игры («Изобрази животное», «Угадай эмоцию» и т.д.).

Больше читайте с ребенком книги, соответствующие его возрасту, и обсуждайте поступки героев. Делайте акцент на том, как герои общаются друг с другом, взаимодействуют. Спрашивайте его о том, как бы он повел себя в такой

ситуации. **Не нужно акцентировать внимание** ребенка на его стеснительности, говорить ему о том, что он «необщительный», «неразговорчивый» и т.д. Если он перестает разговаривать, когда к вам приходят гости, то не нужно при ребенке обсуждать с гостями его проблемы. **Очень важно показывать ребенку приветливость** и дружелюбие на своем примере. Акцентируйте внимание на том, что у окружающих тоже есть чувства мысли или какие-нибудь страхи, т.е. что они точно такие же люди, как и он сам.

Информацию подготовила: учитель-логопед МАДОУ д/с №162 к.3. г. Тюмень Маслова Кристина Андреевна.

Октябрь, 2025 год.