# **Введение**

Во время своих наблюдений студентка записала: Саша (5 лет) внимательно слушал объяснения воспитателя. Об этом, казалось, свидетельствовала его поза: он, не отвлекаясь, смотрел на воспитателя. Однако когда его спросили, он ответил неправильно.

Иногда в силу своих внутренних переживаний или особенностей характера дети становятся скрытными, замкнутыми или просто бывают очень застенчивыми. Дошкольное детство - это особый период в развитии ребенка, когда у детей развиваются самые общие способности, которые необходимы любому человеку в любом виде деятельности. Застенчивость (в которую входит страх нового, боязнь обратить на себя внимание, склонность проверять правильность своих действий через оценку и мнение других и т.д.) блокирует развитие и эмоциональной, и интеллектуальной сфер личности ребенка. Застенчивость - это довольно распространенное явление среди детей и взрослых, которое чревато многими проблемами. Застенчивые дети часто погружены в себя, не решительны, стеснительны в общении со взрослыми и сверстниками; застенчивость - актуальная проблема в психологии и педагогике.

Цель работы: рассмотреть особенности скрытного, замкнутого поведения у детей дошкольного возраста, подтвердить или опровергнуть результаты исследований ученых психологов на данную тему.

Задачи работы:

. Проанализировать причины возникновения замкнутости, застенчивости у детей дошкольного возраста.

. Провести практическое исследование задачи.

. Проанализировать результаты исследования и сделать выводы.

## **1. Причины возникновения замкнутости и застенчивости у детей дошкольного возраста**

Застенчивость - это явление всеобщее и широко распространенное, поэтому проблемой застенчивости занимались и отечественные, и зарубежные ученые: Е.И. Гаспарова, А.А. Захаров, Ф. Зимбардо, Д. Изард, Ю.М. Орлов, Т.О. Смолева, В. Штерн, Т. Шишова и другие ученые [4].

Застенчивость - это довольно распространенное явление среди детей и взрослых, которое чревато многими проблемами. Застенчивые дети часто погружены в себя, не решительны, стеснительны в общении со взрослыми и сверстниками, остро переживают ситуации, когда оказываются в центре внимания, характеризуются особой мнительностью и беспокойством, как правило, у них наблюдается высокий уровень тревожности. Проанализировав содержание понятия «застенчивость», можно сделать вывод о том, что проблема застенчивости - одна из актуальных проблем в психолого-педагогической науке. Основные затруднения в общении застенчивого ребенка с другими людьми лежат в сфере его отношения к самому себе и отношения к нему других людей.

Анализ психолого-педагогической литературы позволил выявить следующие особенности проявления застенчивости у детей дошкольного возраста: замкнутость, страх, повышенная тревожность, склонность к молчанию, избирательность в контактах с людьми, предпочтение общения с близкими и хорошо знакомыми и отказ или затруднения в общении с посторонними людьми [4].

Профессор психологии Дж. Каган, считает застенчивость наследственной чертой [6]. Он обнаружил, что уже в течение первого года жизни у застенчивых детей пульс более частый, чем у их общительных сверстников, они более возбудимы и чаще плачут, а в четырехлетнем возрасте у них наблюдалось повышенное кровяное давление. А взрослые чаще страдают от аллергии, сенной лихорадки и экземы, которые считают наследственными болезнями.

Это открытие привело исследователя к выводу, что гены застенчивости и гены иммунной системы - звенья одной цепи.

Замкнутость - нарушение, проявляющееся в сужении круга общения, уменьшении возможностей эмоционального контакта с окружающими людьми, возрастании трудности установления новых социальных отношений. Замкнутость ребенка может быть вызвана разными причинами. Она может быть связана с психологическими особенностями малыша, тонкостью его душевной организации, богатством его внутреннего мира. Ребенок предпочитает находиться в одиночестве, он охотнее берется за занятия, требующие уединения: с удовольствием лепит, рисует, конструирует…

Замкнутость ребенка имеет свои истоки. Она выступает в поведении ребенка достаточно рано и обычно имеет в раннем возрасте такие предпосылки, как беспокойство, эмоциональная неустойчивость, общий сниженный фон настроения, ухудшение аппетита и нарушение сна в связи с малейшими изменениями в жизни ребенка. Для этих детей характерны также страх перед чужими людьми, долго не проходящее беспокойство и скованность при попадании в новую ситуацию. Как правило, эти дети очень привязаны к матери и очень болезненно переносят даже непродолжительное ее отсутствие. Замкнутость можно и нужно корректировать.

По мнению исследователей [4, 5] замкнутость возникает у дошкольников из-за эмоционального неблагополучия. Эмоциональное неблагополучие, связанное с затруднениями в общении с другими детьми может приводить к двум типам поведения. К первой группе относятся дети неуравновешенные, легковозбудимые, дошкольники первой группы склонны к гневу, обиде, дракам.

Вторую группу составляют дети с устойчивым негативным отношением к общению: эти дети замкнуты, обособленны и избегают общения.

Причины замкнутости могут быть вызваны внешними факторами. Например, дети дошкольного возраста могут замкнуться в себе из-за ссор родителей. На самом деле, практически все психологи утверждают, что одной из самых распространенных причин замкнутости детей является недоброжелательная атмосфера в семье. Когда маленький ребенок наблюдает за скандалами внутри семьи, в его кругозоре происходят значительные изменения. Проблема заключается в том, что детям свойственно рассказывать обо всем своим друзьям, а вот такой информацией они делиться не хотят, таят ее в себе, что и служит причиной для замкнутости. Также из-за ссор в семье ребенок может посчитать себя лишним, никому ненужным и со временем постарается стать незаметным [3].

Базовый способ защиты замкнутого ребенка - блокировка («глухая защита») - ребенок отказывается как от деятельности, так и от контактов с окружающими. Блокировка оказывает отрицательное влияние на развитие личности ребенка, так как он не участвует в живом общении, в совместной деятельности и живет в своем мире.

Очень часто родители стараются избавить ребенка от любого общения с чужими людьми, не подпускают к другим детям, таким образом, изолируют их от общества, а значит, не дают развиваться умению жить среди людей. Низкий уровень развития общения, затруднения в контактах с другими людьми - и взрослыми, и сверстниками, замкнутости - мешают детям включаться в коллективную деятельность, стать, стать полноправным членом группы в детском саду.

Также причинной замкнутости может послужить недостаток общения со сверстниками. Допустим, вы считаете глупостью тратить деньги на детский сад, если дома есть бабушка. Но для того, чтоб ребенок развивался правильно, ему необходимо общение не только со взрослыми, а в первую очередь с одногодками. С ними он сможет проявиться на равных, поделится интересной информацией. Конечно же, поделиться можно и с бабушкой, но какая будет ответная реакция: «Умница! Весь в отца!» И все это вместо ожидаемого ребенком диалога, ведь вещи, о которых он говорит, кажутся ему значительными и важными. Взрослому трудно будет «на равных» поддержать эту беседу. Но это не значит, что нужно «сюсюкаться» с ребенком, постарайтесь уже в таком возрасте воспринимать его как взрослого. Также недостаток общения со сверстниками может привести к неумению общаться с ними. И тогда не стоит удивляться, что ваш ребенок не может найти общий язык с детьми, вы сами не дали ему этой возможности [7].

Особые знания и внимание требуется для выявления детей с отклонением в поведение, но главное не ошибиться в оценке поведения ребенка, в правильности определения коррекционной работы.

### **2. Исследование причин замкнутости у детей дошкольного возраста**

застенчивость замкнутость дошкольный тревожность

Для того чтобы подтвердить или опровергнуть гипотезы ученых о замкнутости детей дошкольного возраста мы провели методику «Нарисуй свою семью» со старшей группой детского сада (15 человек). Мы предложили малышам нарисовать свою семью, не объясняя им, что мы под этим понимаем. Для того, чтобы проанализировать результаты данного исследования, необходимо обратить внимание на то, как ребенок изобразил себя на рисунке. Если он изобразил себя в виде очень крупной фигуры (крупнее всех остальных) это может означать, что он несколько избалован.

Наоборот, если его фигура на рисунке слишком маленькая фигурка (меньше всех, особенно если он не самый маленький в семье) может означать, что ребенок оценивает свою роль в семье как незначительную; но, может быть, он просто подчеркивает, какой он еще маленький по сравнению с остальными; если ребенок на рисунке находится в стороне от мамы, папы и других родных - возможно, ему уделяется слишком мало внимания, и он скорее всего ощущает себя изолированным от остальных; если ребенок нарисовал себя в кругу семьи, все держатся за руки, значит, в доме царит дружеская атмосфера, или ребенок очень хочет, чтобы так было (особенно если в семье действительно не все благополучно).

Также необходимо обратить внимание на следующие особенности рисунка: если вместо родных ребенок рисует игрушки, животных, несуществующих братьев и сестер, бабушку и дедушку и т.д.; иногда он добавляет их к реальным членам семьи или начинает с них свой рисунок - это может означать, что ребенка не удовлетворяют существующие отношения, ему чего-то не хватает. И наконец, если при рисовании ребенок сильно нажимает на карандаш, даже прорывает бумагу, все фигурки очень мелкие, рисунок сильно смещен в один из углов листа - все это может говорить о повышенной тревожности ребенка.

человек нарисовали себя самыми большими по отношению к остальным членам семьи на рисунке, 3 ребят нарисовали животных и только потом дорисовали родителей, 7 человек нарисовали семью, где все держаться за руки.

Таким образом, делаем вывод, что только семеро ребят полностью довольны атмосферой в семье. Пятеро детей возможно имеют слегка завышенную самооценку. Для того, чтобы скорректировать у них развитие самооценки, мы предлагаем провести ряд коррекционных игр, направленных на адекватное развитие самооценки у детей дошкольного возраста. Например, игра «Имя». Можно предложить ребенку придумать себе имя, которое он хотел бы иметь, или оставить свое. Спросите, почему ему не нравится или нравится его имя, почему бы он хотел, чтобы его называли по-другому. Эта игра может дать дополнительную информацию о самооценки малыша. Ведь часто отказ от своего имени означает, что ребенок недоволен собой или хочет быть лучше, чем он есть сейчас.

Ребята, которые нарисовали сначала животных, а потом - родителей имеют заниженную самооценку, слегка замкнуты. Возможно, они испытывают недостаток внимания со стороны родителей и сверстников.

Для коррекции поведения замкнутых и застенчивых детей мы рекомендуем провести ряд игр, разработанных в соответствии с существующими проблемами замкнутости у детей и направленные на коррекцию поведения и развитие общительности и открытости у детей дошкольного возраста.

Например, игра «Паровозик» Дети встают в круг. По очереди они выступают в роли ведущего, который показывает определенные движения (без слов). Ведущий как бы паровозик, который ведет за собой вагоны, повторяющие все его движения. Дети «вагончики» должны повторить то, что изображает ведущий, и, если он показывает не просто набор движений, а какого-нибудь человека или животное, отгадать, кого он изображает.

Игра «Выразительные движения» Ведущий предлагает детям выполнить следующие движения: поднять брови вверх, сдвинуть их, сильно зажмуриться, широко раскрыть глаза, надуть щеки, втянуть щеки в полость рта. Ведущий предлагает детям показать жестом слова «высокий», «маленький», «там», «я», «здесь», «он», «толстый» и т.п. Ведущий предлагает детям произвольно принять условленную позу: показать, как мы выглядим, когда нам холодно, когда у нас болит живот, когда мы несем тяжелую сумку. Данные игры помогут раскрепоститься застенчивым или замкнутым детям. Так же игра «Я всё смогу».

Дети по очереди заканчивают каждое из предложений: Я умею… Я хочу…

Я смогу… Я добьюсь. Каждого ребенка можно попросить объяснить тот или иной ответ. Данная игра полезна как для замкнутых и застенчивых детей, так и для детей с завышенной самооценкой [7].

Полезной будет игра «Ищем клад». Эта игра включает в себя две части. Первая часть способствует развитию доверия детей друг к другу и помогает им лучше осознать и понять себя и своих друзей. Детей просят разбиться на две команды несколько необычным способом. Им предлагается заглянуть друг другу в глаза и выстроиться в ряд по цвету глаз, начиная с ребят с самыми темными и кончая детьми с самыми светлыми глазами. Затем образовавшийся ряд разбивают на две части, образуя тем самым команды: «светлоглазых» и «темноглазых». Во второй части игры детям говорится, что сейчас каждая команда начнет искать «клад», спрятанный в комнате. Для этого детям предлагается рисунок-план комнаты. В игре происходит организация совместных действий детей (в игровой форме), которая требует от детей сообразительности и исполнительности, в результате приложения определенных усилий вырабатывается умение организовывать совместные действия в игре [7].

Игра «Разыгрывание ситуаций» может использоваться для коррекции практически всех нарушений в сфере общения у детей. Сюжеты для разыгрывания, так же, как и при коррекции других нарушений, могут быть придуманы самими детьми или можно использовать реальные ситуации, которые вызвали затруднения у вашего ребенка. А мы предлагаем вам проиграть следующие сценки: два незнакомых ребенка вышли погулять во двор, там, кроме них, никого нет; два незнакомых ребенка встречаются у качелей, оба хотят покачаться; ребенок гулял во дворе - видит другого, незнакомого, который громко плачет. Разыгрывание ситуаций помогает ребенку отработать определенные навыки поведения. Это своеобразная «репетиция поведения», которая снимает некоторые трудности, возникающие у ребенка в процессе общения с детьми и взрослыми.

#### **Заключение**

Как показало исследование контрольной работы, по внешнему виду не всегда можно сделать верный вывод о характере внутренних психических процессов. Одни дети могут скрывать свои переживания, а у других, как говорится, они «написаны» на лице.

Застенчивость - явление социально обусловленное. Она появляется при взаимодействии людей в обществе, как одно из проявлений взаимоотношений. Главный источник застенчивости - тревожность, страх перед людьми. Для детей особое значение играют взрослые. Фундамент застенчивости закладывается в детстве. Поэтому ее проявление во многом зависит от воспитания родителей, учебных заведений, социальной среды.

Ускорить процесс внутреннего раскрепощения замкнутого малыша помогут несложные психологические задания, различные коррекционные методики и игры. Необходимо быть чутким и внимательным к ребенку, проявлять терпение, и через некоторое время ребенок преодолеет замкнутость и испытывать огромное чувство радости от общения с разными людьми.

##### **Список использованных источников**

1. Алексеева Е.Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. - СПб.: Речь, 2007. - 224 с.

. Гайворонская Т.А., Деркунская В.А. Развитие эмпатии у старших дошкольников в театрализованной деятельности. Методическое пособие - М., 2007. - 144 с.

. Галигузова Л.Н. Застенчивый ребенок / Дошкольное воспитание. - 2000. - №4.

. Зимбардо Ф. Застенчивость (что это такое и как с ней справляться). - СПб.: Питер Пресс, 1996. - 256 с.

. Катаева Л.И. Работа психолога с застенчивыми детьми. - М., 2004. - 56 с.

. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студ. вузов. - 4-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. - 456 с.

. Широкова Г.А. Практикум для детского психолога / Г.А. Широкова, Е.Г. Жадько. - Изд. 5-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2007. - 314 с.