



Памятка для родителей.

Как помочь замкнутому ребенку?

Замкнутость и ее симптомы

- ✚ Ребенок находит укрытие в своей замкнутости и черпает в ней силы.
- ✚ ребенок может вообще не разговаривать, говорит, в крайнем случае, произносить слова шепотом;
- ✚ держится подальше от всех или с большим трудом входит в коллектив;
- ✚ у него друзей очень мало или нет совсем;
- ✚ он боится начать что-то новое;
- ✚ не решается выразить свое мнение;
- ✚ таит внутри свои чувства, мысли, события, не идет на разговор со взрослым;
- ✚ часто уклоняется в разговоре, прикрываясь фразой «я не знаю», а иногда и действительно думает, что ему нечего сказать;
- ✚ излишняя осторожность в словах и поступках;
- ✚ отсутствие спонтанных проявлений
- ✚ неглубокое дыхание;
- ✚ психосоматические проявления (боли в желудке, например);
- ✚ желание завести непривычную домашнюю живность (паука, ящерицу)
- ✚ часто держит руки за спиной, в карманах, плотно прижатыми к себе, вяло висящими вдоль тела (нет живой жестикуляции).





Причины замкнутости ребенка

- ✚ страх не справиться со сложной ситуацией
- ✚ страх общения со сверстниками (страх быть обиженным, осмеянным или проигнорированным);
- ✚ трудности общения с противоположным полом;
- ✚ отрицательный эффект выраженной однажды искренности ребенка (в разговоре и поступках);
- ✚ неумение осуществлять выбор, решаться на действие;
- ✚ затаенная накопившаяся обида, огорчения;
- ✚ повышенная тревожность;
- ✚ слишком большие обязанности для ребенка;
- ✚ строгое или жестокое наказание ребенка;
- ✚ сексуальное насилие или его попытки над ребенком;
- ✚ тяжелая болезнь или частая болезненность
- ✚ культивирование родителями отчужденного, слишком послушного, «правильного» поведения;
- ✚ ощущение себя ненужным, лишним в семье.





Пути коррекции замкнутости

Основная задача в работе с замкнутыми детьми – формирование желания общаться и развитие коммуникативных навыков ребёнка.

Игры на преодоление замкнутости

Выбираем коммуникативную ситуацию для игры. Например, **«Идем в гости к Мише».**

Распределим роли – мама играет роль своего ребенка, ребенок играет роль Миши. Начинаем играть: мама – «Ребенок» приходит в гости и показывает образец поведения: как поздороваться, о чем спросить, как начать разговор, как предложить игру и другое. Меняются ролями: теперь ребенок играет самого себя, а мама играет Мишу. Меняем ситуацию «Миша пришел в гости».

В процессе этой ролевой игры взрослый предлагает ребенку образцы поведения с детьми и закрепляет навык общения в конкретной ситуации. Коммуникативные ситуации могут быть самыми разными и охватывать разные сферы общения ребенка.

Регулярные ролевые игры помогут замкнутому ребенку избавиться от страха перед людьми, дадут ему в руки «коммуникативное оружие» – необходимые для общения слова и фразы.





Рекомендации для родителей

замкнутых детей

- ✚ воспринимать ребенка таким, каков он есть;
- ✚ меньше говорить самому в общении с ним;
- ✚ рассказать о том, что беспокоитесь о нем, (любых его сложностях);
- ✚ в разговоре с ребенком не выставлять замкнутость как проблему;
- ✚ научить его осознавать свои страхи, обиды;
- ✚ выявлять и прорабатывать страхи через игру,
- ✚ рисование (можно предложить нарисовать мальчика или девочку – соответственно своему полу;
- ✚ сначала эти рисунки будут слишком правильными, без эмоций; ребенку нужно предложить рассказывать о герое рисунка (игры), но не стоит ждать результата сразу);
- ✚ в раннем возрасте стоит научить ребенка знакомиться, общаться, решать проблемные ситуации;
- ✚ подкреплять, хвалить решительность ребенка;
- ✚ постараться узнать причины, проблемы и помочь их разрешить, подсказать стратегию (самому решать только при угрозе жизни и здоровью ребенку);
- ✚ помочь справиться с комплексами и страхами





Рисунок "Каким ты представляешь себя в будущем?"

Это упражнение помогает осознать возможность преодоления замкнутости, дает перспективу на будущее.

Ребенок должен нарисовать себя таким, каким он видит себя, прокомментировать, как он будет выглядеть, чувствовать себя, какие отношения у него будут с друзьями, родителями, братьями и сестрами.

Ежедневно уделяйте время (приблизительно 15 минут) для общения с ребенком,

