

Замкнутый ребенок – как с ним быть?



Специалисты считают, что причину замкнутости надо искать в самом раннем детстве. И начинать нужно с продолжительности беременности. Сильно недоношенные дети обычно становятся интровертами (личностями, для которых их внутренний мир намного важнее внешнего). Скорее всего в этом виновата длительная изоляция малыша от матери сразу после рождения (недоношенные дети выхаживаются в кувезе – специальной камере, в которой поддерживается оптимальная влажность и температура). Но это далеко не единственная причина замкнутости ребенка. Дети уходят в себя, когда болеют, устают, поглощены личной проблемой. Но в этих случаях угрюмость носит временный характер и обычно не длится долго. Дело обстоит намного серьезнее, если замкнутость возникает под воздействием каких-либо внешних обстоятельств. К примеру, школьники замыкаются, если над ними издеваются сверстники (дразнят за очки, полноту или заикание).

Дети детского сада возраста уходят в угрюмость от ссор родителей. Школьнику легче отгородиться от реальности своеобразной стеной, чем постоянно отвечать обидчикам, а более младшему ребенку кажется, что он сможет помочь маме с папой помириться, если он станет менее заметным – малышам свойственно винить себя в родительских разборках. Замкнутость ребенка может возникнуть на почве частых болезней и, как следствие, изоляции от возможности общаться со сверстниками. Проводя все свое время с бабушкой или мамой, он поначалу расстраивается, потом привыкает к обществу самого себя и со временем входит во вкус.

Советы родителям

Конечно же, помощь психолога в этом деле будет неоценима. Но кое-что вполне по силам и самим родителям.

- ▶ Проявите к ребенку больше внимания независимо от возраста – это то, в чем нуждается и двухлетний и 12-летний. Целуйтесь и тискайтесь хоть целый день – этим вы детей не испортите, если только не будете потакать всем их желаниям
- ▶ Будьте щедры на похвалу. Чем ребенок меньше, тем сложнее ему оценить адекватно свои успехи. Наша задача как родителей – укреплять их самооценку всеми экологичными способами.
- ▶ Регулярно приглашайте к себе друзей, особенно если у них дети такого же возраста. Ваше чадо быстрее привыкнет к обществу в привычной обстановке, сможет раскрепоститься и благополучно общаться с ровесниками.
- ▶ Придумайте собственные праздничные традиции. При этом будет полезно поощрять ребенка к публичным выступлениям. Танцы, пение в караоке, загадки, домашние спектакли — эти вещи помогут ему выйти из привычного состояния апатии и сверхпокоя, если почаще помогать ему выигрывать.
- ▶ Откажитесь от солдафонских замашек. «Чего ты молчишь все время? А ну выкладывай, что случилось?» Если на вас так насест, то вы точно не захотите откровенничать. Чтобы ребенок вам доверял, будьте с ним так же тактичны, как и со взрослыми.
- ▶ Добавляйте новшества осторожно. Замкнутые дети склонны к консерватизму. Им легче живется, если соблюдается четкий режим. Поэтому все новое, что касается еды, сна, игр, прогулок и сказки на ночь, должно добавляться потихоньку – замените сказку прогулкой, мультиком или разговором по душам
- ▶ Даже когда ребенок сопротивляется вашим попыткам внедрить его в общество, проявите терпение и настойчивость. Негативная реакция ребенка на происходящее — это лучше, чем если он будет загонять свои эмоции вглубь! И к тому же, если родители сдадутся, то кто же в таком случае будет помогать ребенку социально адаптироваться?
- ▶ Главное правило – постепенность. Если ваш малыш не подходит близко к детской площадке, не форсируйте события – пусть он сначала поиграет в стороне от других детей

самостоятельно, а потом вы его аккуратно начнете сближать с ровесниками. Все ваши действия должны быть ненавязчивыми и мягкими.