

Как помочь замкнутому ребенку?

Замкнутость ребенка можно определить по его поведению: он избегает общения со сверстниками, а общим играм предпочитает уединение. Кроме того, он немногословен, малоактивен, никогда не берет инициативу в свои руки. Причин для этого множество: от обычной природной робости и особенностей воспитания до реакции на травмирующий опыт и нарушений психического развития. Вместе с тем родители нередко путают замкнутость с застенчивостью и нерешительностью. Поэтому, прежде чем предпринимать какие-либо действия, нужно понять, о чем именно идет речь.

Все мы разные: среди нас есть те, кто смел и силен, а есть те, кто чувствителен и осторожен. Вторым необходимо больше времени, чтобы привыкнуть не только к новым лицам и обстоятельствам, но и к одежде или еде. Эти люди получают удовольствие от общения с одним человеком, обычно другом или приятелем, и всегда предпочтут его общество шумной компании. Тем более что среди толпы они быстро утомляются, а с близкими раскрываются и проявляют свою индивидуальность — часто яркую и уникальную. И если в семье появится ребенок с таким темпераментом, внимательные родители это сразу заметят.

Вот о чем нужно помнить:

Не бегите впереди паровоза: Старайтесь улавливать желания ребенка и предоставляйте ему право на принятие собственного решения. Часто на детской площадке можно увидеть, как родители толкают нерешительных детей в компанию других ребят. Будет гораздо лучше, если вы заметите, что малыш не с опаской, а с интересом наблюдает за происходящим, и отнесетесь к этому с уважением. Просто ему нужно больше времени, чтобы решиться подойти. Помогите ему выбрать момент для первого шага: «Тебе, похоже, нужно все изучить. Когда ты будешь готов, можешь пойти, куда захочешь».

Будьте внимательны: Обратите внимание на то, что ребенку нравится. На что он чаще всего обращает взгляд? Таким детям особенно важно найти свое дело, занятие, которое будет им по душе, — в нем они смогут раскрыться.

Предлагайте новое: Подкидывайте варианты новых занятий с учетом интересов и особенностей вашего ребенка. Здесь суть в «принципе пробы»: предлагая ребенку что-то новое, предлагайте это не навсегда, а на время, — чтобы у него было право решать, подходит ему это конкретно сейчас или нет.

Не принуждайте к действию: Таким образом вы вмешиваетесь в планы ребенка. Может, он и сам через 5 минут подошел бы к ребятам, но теперь не станет. Дело в том, что настойчивое «пихание» чаще всего вызывает противоположную реакцию: ребенок тратит энергию на сопротивление и привыкает к состоянию «Я не хочу». Если же родитель принимает детское «нет», то поддерживает право ребенка на его границы.

Наберитесь терпения: У застенчивого ребенка много внутренних мини-событий: что-то заметил, в чем-то себя убедил, что-то переварил-пережил, на что-то решился. А вы думаете, что ничего не произошло. Поэтому надо говорить обо всем: о его сомнениях, опасениях, желаниях, чувствах и мотивах. После признания детского «нет» можно спросить: «Что тебя смущает? Какие у тебя опасения?»

Действуйте сообща: Предложение «Давай вместе» поддержит застенчивого ребенка в начале пути, ведь то, что он делал вместе с родителем, постепенно становится его собственным умением. Но не забудьте со временем отдать ему инициативу и отойти в сторону — так он привыкнет к тому, что со всем может справиться самостоятельно.

Конечно, доверять темпу и способу ребенка адаптироваться в жизни не так просто, особенно когда родитель ждет быстрых результатов. Но взросление — это долговременный процесс. Если вы будете придерживаться этих пунктов, то с возрастом замкнутый ребенок «окрепнет»: он начнет лучше себя понимать, примет свои особенности и станет более уверенным в своем праве на принятие решений.

Источник:

1. «Тихо сам с собою»: как родители могут помочь замкнутому ребенку |

PSYCHOLOGIES