



## ***Замкнутый ребёнок: Как общаться?***

**Замкнутость** трактуется как обособленность, отчужденность, сдержанность, скрытность, отдаленность.

Замкнутый ребенок часто испытывает потребность в отдалении от слишком болезненного для него мира. Взрослые, как правило, довольны такими детьми, потому что они причиняют мало беспокойства.

**В чем проявляется замкнутость?** Такие дети часто молчат, храня внутри себя свои чувства и переживания.

Они хорошо ведут себя в детском саду, успешно занимаются, выполняют свои домашние обязанности, соблюдают правила, ни на что не жалуются, не плачут, не дерутся, не ссорятся со сверстниками. Они разговаривают только тогда, когда это необходимо. Замкнутый ребенок может говорить очень тихо, почти шепотом.

Такие дети проводят очень много времени в одиночестве. Большое скопление детей и взрослых, чрезмерный шум и суета могут даже пугать их.

Замкнутость может проявляться как своеобразная защита от чрезмерно опекающего взрослого. Например, не разговаривать – единственное оружие, которое ребенок может использовать против требований взрослого (родителей, педагогов). Однако, даже если ребенок и не разговаривает, это не значит, что ребенок не слышит, что ему говорят.

### **Последствия замкнутости**

Если ничего не предпринимать, то замкнутый ребенок останется в опасности:

- не будет решаться на выбор, доводить всё до конца, сворачивая с пути;
- будет подвержен насмешкам окружающих, сверстников;
- ему будут сниться ночные кошмары (проблемам, страхам останется выразиться только через них);
- не научится вступать в беседу, поддерживать контакт (грозят проблемы с общением во взрослой жизни);
- не сможет проявлять свободно свои чувства и желания;
- постоянно станет контролировать себя, свое общение и действия;
- будет бояться свободно развиваться, познавать, совершенствоваться в разных сферах жизни;
- не сможет удовлетворять многие свои социальные, психологические, личностные, сексуальные потребности;
- сохранит неуверенности в себе на многие годы;
- не будет решать сложные проблемные ситуации;
- будет в одиночестве;
- возможны душевные расстройства (они же уменьшают продолжительность жизни).

Чем дольше сохраняется это состояние, тем более ребенок погружается в него.  
Это осложняет его освобождение из замкнутого поведения.

### **Как помочь замкнутым детям?**

1. К очень замкнутым детям подход должен быть постепенным. Родителям и педагогам надо быть очень терпеливыми и готовыми затратить много времени, пока у ребенка не появится ответная реакция.

Старайтесь расширить круг пассивного общения своего малыша. Не оставляйте его дома в одиночестве, чаще берите с собой: в гости, в магазин, в кинотеатр, на прогулку. Главное, посещайте места с большим скоплением людей. Чтобы ребенок чувствовал себя спокойнее, общаясь с незнакомыми людьми, держите его за руку, обнимите, поглаживайте по головке. Возвращаясь домой, обязательно подчеркните, что вы получили большое удовольствие от общения.

2. Если у ребенка отсутствует игровой опыт, то необходимо регулярно играть с ним: каждый день показывать, как пользоваться игрушкой, постепенно подключая его к играм других детей. Чаще играйте в ролевые игры. Ходите в гости друг к другу, здоровайтесь, разговаривайте, пейте чай. Придумайте для себя роли. К примеру, мама играет роль самого малыша, а ребенок роль незнакомому ему мальчика Саши. Во время игры меняйтесь ролями. Используйте различные сюжеты: в детском саду, в больнице, в магазине. Постепенно вовлекайте малыша в игры с детьми ваших друзей.

3. Дружественные отношения (на равных), интересные занятия, приятельские болтовня и беседы без требования ответов могут постепенно создать чувство доверия и помочь замкнутому ребенку открыться.

4. Очень важна для замкнутых детей физическая ласка и эмоциональная поддержка взрослых: чаще говорите одобрительные слова, подчеркивайте способности и возможности ребенка, обнимайте его, проявляйте уважение к его личности.

**Взрослые, помните: от вас зависит очень многое!**

