

Консультация для родителей и специалистов ДОУ «Стеснительные, тревожные, замкнутые дети. Как найти к ним подход»

Мы хотим рассказать о тревожных, замкнутых, стеснительных детях. Этим ребятам очень страшно оказаться в состоянии неопределенности, не знать, чем закончится мультфильм или что произойдет через пять минут. Они с большим волнением задают нескончаемые вопросы взрослым: «А что там будет? А кто будет у них в гостях? Во что мы будем играть? А сейчас волк съест Красную Шапочку?». А самое главное то, что тревожные дети никого не обманывают. Им действительно очень беспокойно и страшно, и для успокоения нужно без конца повторять один и тот же вопрос, иногда, не слыша ответа.

Какого ребенка дошкольного возраста можно назвать замкнутым.

Психологи считают, что замкнутость формируется после одного года. Как правило, такие крохи сильно привязаны к маме и болезненно реагируют на ее отсутствие. Они не идут на контакт с незнакомыми людьми и не отпускают родителей от себя надолго. По мере взросления появляются и другие симптомы:

- Ребенок больше молчит, а если и обращается к кому-то, то делает это неуверенным, тихим голосом.
- Плохо адаптируется к компании сверстников: играет один на детской площадке, в садике.
- Старается не высказывать своего суждения, соглашается с мнением большинства.
- Не любит посещать детские секции, кружки, где требуется коммуникация.
- У ребенка мало или вообще нет друзей.
- Уклоняется от разговоров, любимая фраза: «Я не знаю».
- Отсутствует живая жестикуляция, часто прячет руки в карманах или за спиной.
- Врачи отмечают у замкнутых детей дошкольного возраста некоторые психосоматические проявления: боли в животе, частое поверхностное дыхание, беспокойство, перепады настроения.
- Похожие модели поведения могут наблюдаться и у излишне застенчивых детей. Однако закрытость и застенчивость – это совершенно разные состояния.
- Главное отличие в том, что застенчивый дошколенок хочет общаться и очень переживает из-за своей стеснительности. У закрытого ребенка потребность в общении напрочь отсутствует. Если первому нужно помочь преодолеть скромность, то второго - грамотно мотивировать к общению.
-

Почему дети становятся малообщительными

Психологи считают детскую замкнутость сложным феноменом, в основе которого лежат личностные особенности, издержки воспитания и другие причины. Без устранения истинного побудительного мотива скорректировать поведение замкнутого ребенка невероятно трудно. Почему же малыши растут нелюдимыми?

1. Тяжелое заболевание, заставляющее думать о том, что он не такой, как все.
2. Если ребенок интроверт по натуре, некоторая доля замкнутости свойственна ему от рождения. Исправить эту особенность темперамента коррекция не поможет. Такой маленький человечек умеет общаться, но отличается мечтательностью, неэмоциональностью, погруженностью во внутренний мир.
3. Строгое воспитание. Ребенок может стать замкнутым, если родители предъявляют к нему завышенные требования, часто ругают, выражают недовольство его поведением, наказывают несоразмерно проступкам. В результате он чувствует свою ненужность, а его отстраненность становится средством защиты от негатива окружающих.
4. Большую вероятность стать замкнутым имеет ребенок дошкольного возраста, отличающийся высоким уровнем интеллекта.
5. Психологическая травма. Малыш может замкнуться вследствие сильного стресса для детской психики. Шокирующим обстоятельством может послужить потеря одного из членов семьи, развод родителей, частые скандалы в его присутствии.

Если первые два пункта во власти родителей, возможно, с привлечением психолога, то для решения последней задачи потребуется задействовать воспитателей детских садов. Если в дошкольном учреждении, куда ходит ваш ребенок, нет грамотного специалиста, нужно задуматься о том, чтобы поискать более прогрессивную группу или садик, где к воспитанникам применяется индивидуальный подход.

Рекомендации родителям

Из-за большой чувствительности детей дошкольного возраста, общаться нужно с большой осторожностью. Следует избегать оказывать на малыша сильное тактильное и психологическое воздействие: не тормошить его, чтобы вывести из задумчивости, не смотреть пристально ему в глаза.

Ребенок, имеющий негативный опыт общения, не должен понимать, что его намеренно хотят вовлечь в неприятную для него ситуацию. Не настаивайте на том, чтобы он делал это против желания, барьер замкнутости невозможно преодолеть одномоментно.

Избавиться от необщительности поможет спокойная, уютная, безопасная обстановка. Например, при разговоре держите его за ручку, поглаживайте по голове или посадите к себе на колени. Понаблюдайте, что он любит делать, какие игры ему нравятся, а не предлагайте незнакомые ему занятия. Постарайтесь постепенно разнообразить удовольствия от игры, усильте их выражением собственной радости. Это покажет ему, что играть вместе гораздо веселее, чем одному.

Определить первопричину необщительности маленьких детей трудно, так как они очень закрыты и еще не осознают истоков своего поведения. С другой стороны, родителям, постоянно находящимся рядом, также трудно понять, почему он стал замкнутым. Если причина не лежит на поверхности, лучше всего обратиться к детскому психологу. Проведя совместную беседу, он определит

степень его замкнутости, поможет отличить ее от застенчивости и даст советы по коррекции поведения.

Следует быть готовым к тому, что помочь замкнутому ребенку раскрепоститься – непростая задача. Некоторые малыши откликаются практически сразу, другим потребуется уделить немало времени и терпения.

Направления работы с замкнутым ребенком

Коррекция должна проводиться в трех плоскостях:

1. Устранить причины, повлекшие это нарушение.
2. Мотивировать ребенка к контактам со сверстниками и взрослыми.
3. Гармонизировать отношения в детском коллективе. Здесь требуется не только помочь закрытому ребенку «повернуться» к сверстникам, но и снять с него ярлык «белой вороны».

Первые успехи могут появиться достаточно быстро, но обольщаться ими не стоит. После «прорыва» скорлупы замкнутого ребенка наступит своеобразное «плато», когда придется работать долгое время без видимых результатов. Когда наладится контакт с близкими людьми, наступит длительный период адаптации с окружающим миром. Форсирование этого этапа может привести к обратному эффекту.

Советы психологов

Не навязывайте ребенку общение с посторонними людьми, а приспособляйтесь к его реакции. Если он отказывается играть с ребятами, не настаивайте. Пусть пока постоит в стороне, почувствует атмосферу веселья.

- Найдите область, которая ему интересна, и через обсуждение этих тем помогите наладить общение. Если ребенка интересуют космические приключения, запишите его на детские занятия в планетарий. Увидев, что его сверстников интересует то же самое, он воспримет их как своих друзей.
- Приглашайте почаще гостей в дом, покажите малышу на собственном примере, как важно людям общаться, какие положительные эмоции они при этом испытывают: радость, смех, удивление.
- Если вы пригласили детей, не предоставляйте их самим себе. Организуйте совместные занятия для детской и взрослой компании. Вам помогут настольные игры, отгадывание загадок, прятки и собственная фантазия.
- Дайте ему почувствовать принадлежность к коллективу. Читайте сказки, посещайте спектакли, где рассказывается о дружбе, коллективном занятии или творчестве, например: «Репка», «Карлсон», «Винни Пух» и др.
- Для замкнутых детей дошкольного возраста полезны игры, где есть тактильный контакт, например, паровозик, салочки, хоровод.
- Обеспечьте ощущение безопасности. Когда ребенок находится в незнакомом месте, держите его за руку. Дайте понять, что не оставите его одного.
- Учите малыша выражать свои эмоции словами. Научите ребенка, как правильно знакомиться. Для начала можно экспериментировать с игрушками. Он должен уметь представиться, поздороваться, рассказать о себе, попрощаться. Как бы формально это не звучало, без этого дружеского общения не получится.

- Искусственно создавайте ситуации, когда ребенок должен первым заговорить со взрослым. Например, он просит вас купить игрушку в магазине. Попросите его подойти к продавцу и попросить показать, как она работает. Если ребенок еще не созрел для такого подвига, повторите просьбу через неделю, месяц. Постепенно желание пересилит застенчивость.

- Если ребенок внешне отличается от сверстников, подумайте, как скорректировать его особенности. Заикание, неуклюжесть — все это мешает ему почувствовать себя на равных.

- Замкнутым детям бывает намного проще найти общий язык со старшими или младшими детьми. Если у него появится друг старше или младше по возрасту, это будет хорошей тренировкой для общения со сверстниками.

- Дозируйте общение. Неконтактные дети быстро истощаются от активного времяпровождения, дайте ему время освоиться в компании.

- Если вы идете в театр, океанариум, музей, приглашайте детей ваших знакомых. После просмотра представления у них появится много интересных тем для обсуждения.

И последнее. Когда вы почувствуете, что ребенок научился преодолевать замкнутость, сведите свою помощь к минимуму. Настало время для самостоятельных поступков.