

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
"ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №1

**Методические рекомендации
для родителей (законных представителей)
"Что делать, если ваш ребенок замкнутый?"**

Материал подготовил:
Н.А. Торопов, тренер-преподаватель
по баскетболу

г. Константиновск 2021 г.

Что делать, если ваш ребенок замкнутый?

Важно определить причины замкнутости. В отличие от застенчивого ребенка, который хочет общаться с другими, но не умеет этого делать, замкнутый ребенок не хочет и не знает, как общаться. Истоки замкнутости лежат в раннем детстве. В младенчестве для таких детей характерны беспокойность, плаксивость, общий сниженный фон настроения, ухудшение аппетита и нарушение сна в связи с малейшими изменениями в укладе жизни. Позднее появляется страх перед чужими людьми, долго не проходящее беспокойство и скованность при попадании в новую ситуацию. Как правило, такие дети очень привязаны к матери и очень болезненно переносят даже непродолжительное ее отсутствие.

Как вести себя с замкнутым ребенком?

- круг общения вашего ребенка, приводите его в новые места и знакомьте с новыми людьми.
- Подчеркивайте преимущества и полезность общения, рассказывайте ребенку, что нового и интересного вы узнали, какое удовольствие получили, общаясь с тем или иным человеком.
- Стремитесь сами стать для ребенка примером активно общающегося человека.
- Если вы заметите, что, несмотря на ваши усилия, ребенок становится все более замкнутым и отстраненным, наберитесь терпения и приготовьтесь к длительной работе, которая должна проходить постоянно в ходе вашего общения с ребенком.

Советуем поиграть

- Игра «Незнайка». Взрослый задает ребенку различные вопросы, а тот только разводит руками и пожимает плечами. Игра способствует развитию выразительных жестов.
- Попросите ребенка рассказать о его сильных сторонах; о том, что он любит, ценит, принимает в себе; о том, что дает ему чувство уверенности в себе. Если ребенку трудно, можно говорить по очереди: сначала он, потом вы, затем снова он и т.д.
- Упражнение «Закончи предложение». Предложите ребенку посочинять, закончив фразу (Я хочу... Я умею... Я смогу... Я добьюсь...).
- Совместные настольные игры. Хорошо, если в них участвуют несколько детей. Фантастический рисунок (фигура). Предложите ребенку начать рисовать (лепить) что-то неожиданное. Через некоторое время обменяйтесь с ним рисунками, пусть он завершит вашу, а вы закончите его работу.
- Любые сюжетные игры «Как будто» (например: представь, как будто тебя пригласили на передачу «Смак»)