|  |  |
| --- | --- |
| **Причины замкнутости** | **Рекомендации по преодолению возникших проблем**Советы родителям замкнутых детей* Расширяйте круг общения вашего ребёнка, приводите его в новые места и знакомьте с новыми людьми.
* Подчёркивайте преимущества и полезность общения, рассказывайте ребёнку, что нового и интересного вы узнали, а также какое удовольствие получили, общаясь с другими людьми.
* Стремитесь сами стать для своего ребёнка примером эффективно общающегося человека.
* Если вы заметите, что, несмотря на ваши усилия, ребёнок становится всё более замкнутым и отстранённым, обратитесь за консультацией к психоневрологу, который профессионально поможет вам решить эту проблему.
* Чтобы избежать отрицательных последствий соперничества между детьми взрослые должны сформировать правильное отношение к детям: доказать, что любят их не за достижения и результаты. Важно показывать свою любовь, и «безусловное» принятие своих детей даже тогда, когда у них что-то не получается. Как только старшие и младшие обретут уверенность в том, что родители любят их вне зависимости от побед и поражений, соревнование друг с другом непременно будет слабеть, а со временем исчезнет, превратившись в крепкую дружбу.
 |
| ***психологические особенности ребёнка*** | Крайняя осторожность и чуткость, не стремиться «перевоспитать» |
| ***переутомление, недомогание, ссора с близким другом*** | Выяснить причину, помочь безболезненно пережить данный период. |
| ***в семье воспитывается один ребенок*** | Расширять круг общения, правильно развивать коммуникативные способности |
| ***недостаток общения и внимания в семье*** | Слушать и слышать ребёнка, интересоваться его проблемами |
| ***сдерживание ребёнком, возникающих у него эмоций и желаний.*** | Ребёнку крайне необходимо давать выход своим впечатлениям, эмоциям и чувствам |
| ***постоянное недовольство ребёнком*** | Безусловное принятие ребёнка таким, каков он есть |
| ***ребёнок испытывает чувство незащищённости*** | Вселять уверенность в поддержке и понимании, чувстве душевного покоя |
| ***недостаточное проявление родительской ласки и любви*** | Проявлять любовь к ребёнку, почаще говорить ему об этом |

***ЕСЛИ В ВАШЕЙ СЕМЬЕ РАСТЁТ ЗАМКНУТЫЙ РЕБЁНОК***

* Чтобы преодолеть замкнутость у ребёнка почаще разговаривайте с ним, говорите ему, как вы его любите, как он вам нужен.
* Расширяйте круг его пассивного общения. Общайтесь в присутствии малыша с незнакомыми ему людьми, чаще берите его с собой в магазин, в библиотеку или в гости, туда, где бывает много людей. Не стоит настаивать на том, чтобы ребенок принимал участие в беседе, барьер замкнутости невозможно преодолеть сразу. Постарайтесь создать такие условия, чтобы ребенок чувствовал себя спокойно, уютно, безопасно. Например, при разговоре держите его за ручку, поглаживайте по голове или возьмите к себе на колени.
* В ходе привлечения ребенка к процессу общения у него формируется спокойное и адекватное отношение к окружающим. Наблюдая за тем, как общается близкий ему человек, ребенок усваивает нормы и правила социального взаимодействия, у него формируется представление о навыках эффективного общения, совершенствуется речь.

**ЭТО ИНТЕРЕСНО.**

**Замкнутость характера можно изменить.**

* Как правило, замкнутые люди имеют характерные внешние особенности и поведение при общении с окружающими и в городском транспорте. Чаще всего – они держат руки в карманах и держат голову слегка опущенной, потупив взгляд.
* Так вот, оказывается, данные признаки имеют и обратный эффект. Иными словами, если избавиться от этих привычек, то изменится и характер.
* Например, если замкнутый человек будет стараться держать руки вынутыми из карманов, и ходить с нормально поднятой головой, то он вскоре перестанет быть и замкнутым, становясь более активным и общительным.
* Это становится возможным, благодаря ликвидации «комплексов страха». Как правило, самих комплексов замкнутый человек не боится, а боится только своего внешнего проявления перед окружающими. Поэтому, он старается стать неприметливым, держа руки в карманах и потупив взгляд. Тем самым, как бы скрывая от окружающих свое лицо и руки, которые могут многое сказать о человеке.
* Вынуть руки из карманов и держать выше голову такие люди могут легко, если сосредоточатся именно на этом. Это было проверено на практике.



***Понимание проблемы –***

 ***уже наполовину ее решение!***

***Желаем успехов!***

**Шпаргалка для взрослых**

Правила общения с замкнутыми детьми



Составители: педагоги-психологи

Колдина С.А.

Шкабарина Н.Л.