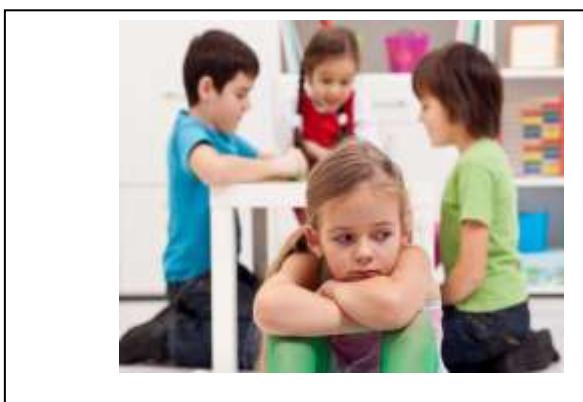


## **«Мой ребенок малообщительный и меня это тревожит!»**

«Мой ребенок малообщительный и меня это тревожит!», иногда, с таким запросом ко мне приходят родители. Причины малообщительности бывают разные, например, стеснительность, неуверенность в себе, не развитые коммуникативные навыки, эмоциональные и личностные проблемы, задержка социального развития, тип темперамента, ребенок экстраверт или интроверт. Сейчас, мне хотелось бы поговорить об одной причине малообщительности - **ребенок-интроверт**.



Среди нас есть экстраверты, которые общительны, заряжаются энергией от взаимодействия с другими людьми, размышляют вслух, больше говорят, легки на подъем, их устремления направлены вовне, в социум. И интроверты, которые наоборот направлены в свой внутренний мир, малообщительны, свои силы

восстанавливают во время отдыха, больше слушают, говорят мало, не громко. Ребенок-интроверт с малых лет подолгу может играть один, ему не нужно, чтобы его занимали и развлекали, он не требует родительского внимания капризами. Кажется, что ему не нужны другие дети для общения и игры. На детской площадке он занимает себя сам, играя в песочнице, катается на велосипеде в стороне от других детей. В детском саду у него, как правило, один друг, реже два. Очень чувствителен к своим границам, если кто-то бесцеремонно заходит в его пространство, то реагирует остро. Это может быть истерика, слезы, а будучи старше он закрывается, уходит в себя и добиться от него, что же произошло, нет никакой возможности. Такие дети бывают не в меру обидчивы. Интровертированный ребенок не любит шумных компаний, праздничных мероприятий, скопления людей, после них он быстро устает и истощается. Посетив новое место, не любит делиться впечатлениями, из него не вытащить и слово. Для того чтобы ответить на вопрос или выразить свою мысль ребенку-интроверту требуется время на обдумывание и реагирование. Придя из школы, не спешит делиться с родителями о событиях, которые произошли в течение дня. Такой ребенок не любит выходить к доске, не любит выступать, работать в группах, участвовать в соревнованиях, все это для него мучение. Предпочитает уединенное поведение и не чувствуют при этом себя одиноким. В стрессовой ситуации ребенок-интроверт замыкается в себе, молчит и для родителей это становится тяжелым испытанием.

С одной стороны, родители довольны, что у них растет такой спокойный, вдумчивый ребенок, который не доставляет много хлопот, а с другой стороны родителю не понятно как себя с ним вести, т.к. ребенок маловыразителен, вербально и эмоционально закрыт. Волнения понятны, любому родителю хочется, чтобы их ребенок социализировался и был принят в классе, а потом и в обществе.

### **В чем остро нуждается ребенок-интроверт.**

Самое трудное, это принять природу своего ребенка, не пытаться его переделать, особенно если сам родитель экстраверт. Малообщительный ребенок-это не отклонение, это особенность черт характера. Миру нужны как экстраверты, так и интроверты. Интроверты уравновешивают этот мир. У интровертов есть свои сильные стороны усидчивость, продумывают и планируют свои действия заранее, серьезны, рассудительны, сдержаны, вдумчивы, работают точно и чаще безошибочно, стремятся к спокойной упорядоченной жизни.

Каждому ребенку, а особенно ребенку-интроверту необходимо иметь свое личное пространство, свою комнату, свой уголок. Где ему не обходимо побывать одному, восстановится, подумать в тишине, поразмышлять. Не нужно ребенка принуждать, уговаривать или заставлять как-то себя проявлять. Такое родительское поведение создает сильное психологическое напряжение для ребенка и может быть травматично, что в дальнейшем закрепит большую замкнутость. Такой ребенок при постоянной коррекции со стороны родителей ощущает себя «не таким», старается соответствовать, но быстро истощается, может начать ненавидеть себя за то, что он «не такой», формируется низкая самооценка. Родителям нужно не ломать и переделывать ребенка, а развивать слабые стороны характера в деликатной форме. Не подчеркивать его замкнутость и нелюдимость, а помогать знакомиться с детьми, вступать в общение, правильно защищать свои границы. Научите его говорить о том, в чем он нуждается, если ему хочется поиграть одному или посидеть в сторонке, когда вы дома или в гостях, об этом он просто может сказать, и вы это примете с пониманием и не будете лишний раз его дергать и куда-то тянуть. Ребенку-интроверту необходимо время для того, чтобы включиться в какую-либо деятельность. Ему надо сначала присмотреться, понаблюдать, понять правила игры, а только потом войти в круг. При любом выходе ребенка из зоны комфорта, хвалите и подбадривайте его, говоря, как у него хорошо получилось сказать, выступить и т.п. Очень хорошо, если родитель расскажет педагогу об особенностях характера своего ребенка, о том, что ему тяжело дается публичность и для ответа требуется дополнительное время, что его можно привлекать не на главные роли, а поручать организационный моменты.

Так как избыток впечатлений для такого ребенка, а особенно маленького тяжел в усвоении, то на выходной день не стоит много планировать событий, это его определенно истощит. Интроверту необходимо время, чтобы усвоить впечатление о походе в кино или зоопарк, поэтому не

торопитесь с расспросами. Не сравнивайте своего ребенка с более общительными детьми, а особенно с братьями и сестрами. Прочитав сказку, рассказ, посмотрев фильм, обращайте внимание ребенка на поступки героев, как они справлялись с препятствиями, какие шаги делали для этого.

Если вы пригласили к себе в дом маленьких детей, то поиграйте вместе с ними первое время, это даст большую контактность и уверенность вашему ребенку. Когда вы с ребенком наедине, хорошо работают игры наподобие кукольного театра, где ребенок может быть тем или иным героем и пробовать выражать себя. Хорошо работают детские фотографии, просите ребенка рассказать о детях группы или класса. Хорошо перед первым классом поводить такого ребенка на подготовительные занятия, это в первую очередь нужно для того, чтобы ребенок познакомится с будущим учителем и одноклассниками. Если у вашего ребенка появились хорошие отношения с кем-то из одноклассников, то можно укреплять эти связи, приглашая товарища к себе домой, организовывать совместные походы куда-либо.

И еще очень важный момент, критика в раннем детстве и младшем школьном возрасте может подождать, а вот похвала и терпение будут очень ценные и необходимы вашему ребенку.

*Самая важная встреча на Земле, это встреча со своими детьми, любите их, будьте терпеливы и у вас все получится!*