

Как помочь застенчивому, медлительному и замкнутому ребёнку

Медлительность – это особенность нервной системы. Но свойства силы и подвижности можно тренировать. Как помочь ребёнку преодолеть медлительность? Выполняйте следующие действия:

- Спокойно разговаривайте с ребёнком! Это гораздо эффективнее, чем крики и наказания;
- Когда ребёнок что-то делает, не торопите его! Спешка ещё больше замедлит его действия;
- Ребёнку нужен чёткий режим дня! Определённый порядок выполнения всех повседневных дел поможет ему быстрее с ними справиться;
- Тренируйте подвижность ребёнка, увлекайте его занимательностью и игрой – именно они дадут массу положительных эмоций! Допустим, он очень хочет стать моряком. Вы ему скажите: «Очень хорошо, но моряк должен быть смелым и быстрым, иначе его спишут с корабля. Постарайся это делать быстрее!» Он действительно будет стараться, да ещё и станет приговаривать: «Моряку некогда зевать!»;
- Давайте ребёнку игры со сменой скорости движений: ходьба и бег, хлопki.

Застенчивость – хорошо ли? Ребёнок робок и тих, удивительно послушен, но он и закомплексован, не уверен в себе, одинок. Обратите внимание:

- Благополучны ли взаимоотношения в семье;
- Не акцентируете ли Вы внимание на застенчивости ребёнка;
- Есть ли у вашего ребёнка друзья и как они относятся к нему;
- Нет ли в семье излишней опеки или повышенной требовательности;
- Есть ли у ребёнка недостатки в развитии: недоразвитие речи, заикание, неуклюжесть и т.п.

Как помочь ребёнку преодолеть застенчивость? Выполняйте следующие действия:

- Помогите ребёнку расширить круг знакомств: чаще приглашайте к нему друзей, вместе ходите в гости;
- Не стремитесь сами всё сделать за ребёнка, давайте ему определённую меру свободы и возможности открытых действий;
- Привлекайте ребёнка к выполнению различных поручений, связанных с общением. Создайте ситуацию: к маме и папе пришли гости – покажи им свою комнату, игрушки, поделки;
- Поддерживайте ребёнка, сочувствуйте ему, чаще его хвалите, поощряйте его игры со сверстниками;

- Постоянно укрепляйте уверенность ребёнка в себе!
- Замкнутость. Обратите внимание на то, как чувствует себя ваш ребёнок в коллективе сверстников. Он мало общается? Он не принимается ими? Он чувствует себя отвергнутым? Как помочь ребёнку преодолеть замкнутость? Вашим верным помощником станет музыка! Выполняйте следующие действия:
- Увлечите ребёнка изготовлением музыкальных игрушек. Сделайте их своими руками. Он по-иному воспринимает окружающий мир, с большей активностью включается в совместное инсценирование;
 - Предложите ребёнку поиграть на самодельных музыкальных инструментах. Вы увидите, как он постепенно раскрепощается;
 - Вовлекайте ребёнка в музицирование в семейном оркестре. Он раскроется с разных сторон, станет более коммуникабельным;
 - Давайте ребёнку возможность выступать перед гостями, друзьями, создавайте атмосферу радости! Всё это поможет ему принимать активное участие во всех видах деятельности, преодолеть замкнутость и стать успешным!

Желаю прекрасного времяпровождения со своими детьми!

