

## Как научить ребёнка общаться со сверстниками

*В школе дети учатся не только наукам, но и общению: дружить и договариваться, искать компромиссы и настаивать на своём, сближаться и строить границы. Однако не всем эта наука даётся легко. И если с алгеброй и биологией ребёнку поможет учитель, то роль наставника в общении лежит на родителях т.е. как научить ребёнка знакомиться и дружить со сверстниками.*

Для начала давайте попробуем разобраться, в чём заключается смысл понятия «дружба»?! Существует огромное количество определений. Если применять это понятие к детям, то дружба — это, скорее, близкие и доверительные отношения, включающие взаимную привязанность, поддержку, сопереживание.

Проблемы детей часто кажутся взрослым несерьёзными, несущественными и не требующими особого внимания. В реальности же ребёнок может страдать из-за трудностей в общении со сверстниками и не только. Большую часть этих переживаний ребёнок не осознаёт. Но психика детей ранима и восприимчива, и ребёнку сложно справиться с этой проблемой самостоятельно.

Общение играет ведущую роль в развитии ребёнка. Друзья, как правило, появляются ещё в детском саду, во дворе дома, где живёт ребёнок, а затем в школе. Если ребёнок не хочет общаться со сверстниками или у него что-то не получается в коммуникативном плане, ему необходимо помочь. В разном возрасте неумения общаться и дружить отличаются. В раннем детстве многим малышам трудно контролировать своё поведение и понимать чувства других. Дети постарше боятся быть отвергнутыми или не могут справиться с конфликтной ситуацией. Взрослым надо учитывать эти особенности, помогая своим чадам.

Первое место, где ребёнок может «показать» себя, проявить свои личностные особенности – это семья. Если в семье его готовы воспринимать как личность – «любим, каким бы он ни был», то есть учитывать его мнение, которое часто противоположно мнению родителей, поддерживать в проявлениях самостоятельности в различных сферах, – то такому ребёнку будет не сложно проявлять себя и в других местах, «вне семьи». Подсознательно он будет ожидать такого же отношения со стороны любых других людей.

Если же в семье ребёнок и его мнение не интересны, его не пытаются **слушать и слышать**, то в таком случае и в отношении со сверстниками общение предсказуемо: трудностей определённо следует ожидать.

**Попробуем выделить основные причины коммуникативных проблем у ребёнка.**

### **Причина 1. Застенчивость**

Излишняя робость и нерешительность не позволяют ребёнку подойти и заговорить с другими детьми, поучаствовать в игре или ответить у доски.

**Решение:** Чтобы свободно сходить с людьми, нужно преодолеть стеснительность. Для этого у ребёнка не должно быть проблем с

самооценкой. Избежать их можно, если относиться к ребёнку внимательно, давать больше самостоятельности, регулярно замечать его успехи, а критиковать только по делу и конструктивно.

Поощряйте стремление ребёнка к общению, хвалите за смелость. И никогда не осуждайте его личные качества, только сам поступок. Одну и ту же информацию можно подать по-разному. Сравните: *«Ты не сказал "спасибо", какой невоспитанный, мне за тебя стыдно!»* или *«А почему ты "спасибо" не сказал? Застеснялся? Не надо стесняться, а то можно подумать, будто ты плохо воспитан. Но это ведь не так, правда?»*. Второй вариант не навредит самооценке ребёнка.

- **Возможно ребенок интроверт.**

В силу личностных особенностей если ребенок интроверт ему комфортнее в одиночестве или с ограниченным кругом людей. Они ощущают себя уверенно только дома, в общении с мамой и папой и другими близкими людьми. Такие дети не станут пытаться разнообразить свою жизнь общением, не будут стремиться «выйти в свет».

**Решение:** Интроверсия — это не проблема. Людям с таким характером приятно быть наедине с собой, они привыкли полагаться на себя и не нуждаются в постоянном общении. Если ваш ребёнок интроверт, не стоит заставлять его общаться с другими детьми — таким образом вы можете травмировать его психику.

У ребёнка интровертивный тип личности: в шумных компаниях ему тревожно и некомфортно.

**Причина 2: Отношение в семье**

*«Молчи, когда взрослые разговаривают!»* — ребёнок, который постоянно слышит такое, никогда не научится общаться.

**Решение:** Разговаривайте с ребёнком на разные темы, интересуйтесь его мнением, просите рассказать об увиденном на прогулке или в кино. Ребёнку, с которым много общаются дома, будет проще разговаривать со сверстниками. А если его участие в каком-то разговоре нежелательно, объясните это мягко: *«Мы обязательно всё обсудим с тобой после, но сейчас нам нужно поговорить отдельно»*.

Если вы поддерживаете хорошие отношения с окружающими, приглашаете в гости друзей, заботливы и внимательны к близким — у вашего ребёнка сложатся правильные представления о том, как общаться с другими людьми. Прекрасные примеры дружбы можно найти в литературе и кино. Обсуждайте отношения героев и их поступки — правильно ли они поступают в тот или иной момент, и что бы сделал ребёнок на их месте.

**Причина 3. Отсутствие навыков общения**

Другие дети сторонятся ребёнка, который не умеет вести себя в обществе: дерётся, отбирает вещи, кричит и не слушает других.

**Решение:** Такое поведение — повод задуматься, не копирует ли он кто-то из близких или из телевизора. В любом случае необходимо научить ребёнка общаться со сверстниками. Расскажите о правилах, которые надо соблюдать, чтобы другие дети хотели дружить с ним:

- не обижай других;
- ничего не бери без разрешения и не выпрашивай;

- если хочешь присоединиться к игре — попросись, но если отказали — не навязывайся;
- делись тем, что тебе нравится;
- если тебе доверили секрет — храни его;
- не ставь себя выше других;
- учитывай чужие интересы;
- если друг попал в беду — помоги чем можешь;
- если друг затеял плохое — останови его;
- если сам поступил плохо — признайся и больше так не делай;
- принимай помощь и советы от других ребят.

Эмпатия поможет ребёнку понять, что чувствуют другие, а эмоциональный интеллект позволит разобраться в собственных чувствах. Помогите ребёнку развить эти качества — они незаменимы для цивилизованного общения.

#### **Причина 4. Неудачный опыт**

Ребёнок попытался завязать новые знакомства, но столкнулся с грубостью или сам по неосторожности повёл себя нехорошо. Теперь он обижен, зол и отказывается общаться с другими детьми.

**Решение:** Подобные проблемы ребёнок должен научиться решать сам, но на первых порах ему понадобится помощь. Подробно обсудите произошедшее. Пусть он поймёт, что обида и гнев не помогут исправить положение. Объясните, кто, где и почему был неправ, и как избежать повторения ситуации.

Позволять ребёнку учиться на своих ошибках — не значит оставлять наедине с проблемой.

#### **Причина 5. Неумение постоять за себя**

Часто детей воспитывают с мыслью, что нужно быть послушным и добрым со всеми. Бывают ситуации, когда это может обернуться против ребёнка. Например, он не может противостоять агрессии других детей и ведётся на их подначки. В результате ребёнок разочаровывается в общении и предпочитает одиночество.

**Решение:** Ребёнок должен быть готов к тому, что не все дети будут относиться к нему хорошо. Оградить сына или дочь от всех неприятностей не получится, но можно научить правильно на них реагировать.

Научите ребёнка говорить «нет» в ситуациях, когда нарушают его границы или предлагают поучаствовать в сомнительных делах. Объясните, что на обзывательства лучше реагировать с юмором — это часто обескураживает обидчиков. И никогда не лезть в драку первым, но защищаться, если другого выхода нет.

#### **Причина 6. Отсутствие круга общения**

Никто из одноклассников не разделяет интересов ребёнка, или ему самому неинтересно общаться с ними.

**Решение:** Помогите ребёнку найти друзей в другом месте. Посещайте центры детского развития, театральные студии, секции и кружки — ребёнок лучше сойдётся с детьми, которые любят то же, что и он.

Держите дома игры, в которые можно играть компанией и приглашайте в гости детей, знакомьтесь с их родителями.

Главное — подбирайте круг общения ненавязчиво. Если ребёнку не хочется общаться с каким-нибудь мальчиком или девочкой — он имеет на это право.

**Как научить ребёнка дружить и общаться со сверстниками?  
К сожалению, в этом вопросе нет пошаговой инструкции.**

Главное, что стоит помнить родителям: огромное значение имеет личный пример. Если в семье принято приглашать в гости друзей, ходить на совместные прогулки, то детям в таких семьях гораздо легче заводить друзей.

Не стоит в присутствии детей оценивать других людей, в том числе своих друзей, и высказываться о них в «негативном ключе». Контролируйте свои эмоции. Ваше уважительное и доброе отношение к другим – это самый лучший ориентир для ребёнка.

Согласно одной крылатой фразе: «Дети – как губка, впитывают всё, что видят и слышат от нас».

В связи с этим:

- говорите с ребёнком о самом понятии «дружба», постарайтесь вместе дать определение этому понятию;
- рассуждайте о том, какую роль играет дружба в жизни человека, сколько она приносит добра и позитива;
- обсуждайте героев книг, мультфильмов, фильмов в которых речь идёт о дружбе, их поступки, выстраивайте причинно-следственную связь в ситуациях, когда герои «становятся друзьями» или, наоборот, теряют дружбу.

Для совместного просмотра вы можете подобрать варианты книг и мультфильмов из предложенного ниже списка:

1. Виктор Юзефович Драгунский «Денискины рассказы».
2. Михаил Александрович Самарский «Радуга для друга».
3. Людмила Александровна Дунаева «Дождь».
4. Тиакки Окада «Кролик и Веснушка».
5. Николай Николаевич Носов «Приключения Незнайки и его друзей».
6. Астрид Линдгрен «Малыш и Карлсон, который живет на крыше».
7. Вениамин Александрович Каверин, «Два капитана».
8. Аркадий Петрович Гайдар «Тимур и его команда».
9. Лев Николаевич Толстой «Два товарища».
10. Чингиз Торекулович Айтматов «Пегий пес, бегущий краем моря».

Мультфильмы:

1. Крошка Енот».
2. «По дороге с облаками».
3. «Кот Леопольд».
4. «Чебурашка и Крокодил Гена».
5. «Жил-был пес...».
6. «Король Лев».
7. «А что ты умеешь?».

8. «Золотая антилопа».
9. «Рио».
10. «Рио 2».
11. «Ледниковый период».
12. «История игрушек».
13. «Как приручить дракона».

**Фильмы:**

1. Пеликан».
2. «Дамбо».
3. «Мой друг мистер Персиваль».
4. «Освободите Вилли».
5. «Восточный ветер».
6. «Девочка и лисёнок».
7. «Белль и Себастьян».
8. «Миа и белый лев».
9. «Добро пожаловать или посторонним вход воспрещён».
10. «Великан».
11. «Сорванец»
12. «Привет, Джули!».
13. «Хористы».

А также:

- по возможности расширяйте круг общения детей. Варианты могут быть разными: знакомство на детской площадке или в кружках по интересам. Важно, чтобы ребёнок имел возможность общаться с разновозрастными категориями людей: как со сверстниками, так и со старшими по возрасту детьми/людьми;
- учите ребёнка решать конфликтные ситуации мирным путём, предлагайте варианты развития событий, пусть даже уже случившейся ситуации. Если ребёнок сумел проявить дипломатичность – обязательно похвалите. Важно обсуждать эмоции и чувства самого ребёнка и предполагаемые чувства других людей;
- создавайте условия для развития детей, реализации их способностей. Это придаст ребёнку уверенности в себе, поможет понять и оценить свои «сильные» стороны.

Подготовила материал при помощи интернет ресурсов  
педагог-психолог Шмыкова О.А.