

Как помочь ребенку найти друзей

Почему ребенок не может найти друзей?

В большинстве случаев проблема кроется в его родителях. Среди распространенных причин — гиперопека, ограничение общения со сверстниками, отсутствие условий для самоутверждения ребенка или отрицательное отношение родителей к его самостоятельным действиям. Все это может привести к психологической неготовности ребенка к общению с другими детьми.

Второй причиной может стать, воспитание родителей, проблемы с налаживанием контактов могут быть связаны и с личностными особенностями ребенка, например, в тех случаях, если он слишком замкнут или застенчив.

Третьим источником проблем с социализацией может являться само детское сообщество, которое нередко бывает довольно жестоким. Современные дети обычно проводят время, играя в одиночестве, зачастую — за компьютером. Это приводит к тому, что мальчики и девочки не знают обычных для нас способов знакомства. Кроме того, у них не так сильно развита способность к эмпатии, им сложно поддерживать друг друга и разговаривать на важные темы.

Невозможно точно предугадать, возникнут ли у ребенка проблемы с социальной адаптацией. Но некоторые предпосылки можно заметить, если малыш:

Не тянется к детям. Некоторым деткам комфортно играть одним — они спокойно сидят в песочнице или весело катаются с горки, но не пытаются с кем-то познакомиться. Возможно, маленький дошкольник — интроверт по складу характера;

Является зачинщиком ссор. Активные дети-экстраверты нередко переводят простые недоразумения в конфликт, особенно если их балуют дома. Не зная ни в чем отказа, они отбирают игрушки у других детей, толкают их, обзывают;

Боится других детей. Привыкший видаться только со взрослыми малыш прячется за маму, игнорирует предложения поиграть.

Эти нюансы поведения можно скорректировать: рассказать о приятных моментах дружбы, о том, что обижать друзей нельзя, как и заискивать перед ними, буквально выпрашивая симпатию.

В детском саду информацию придется узнавать от воспитателя: сам малыш может скрывать от родителей, что его дразнят из-за полноты, картавости, других особенностей.

Взрослые должны начать работу над развитием доброжелательного отношения к близким и сверстникам у ребенка начиная примерно с 2-3 лет. Побуждать эмоциональную отзывчивость в детях можно через чтение сказок: ребенок должен понимать, что герои испытывают те или иные чувства, к которым нужно бережно относиться. Некоторые родители, опасаясь за своего ребенка, навязывают ему негативное и настороженное отношение к другим людям, и это формирует сложности с коммуникацией. Чтобы избежать подобных последствий, необходимо воспитывать в ребенке открытость к людям, а не настороженность и негатив.

Что мешает ребенку дружить?

Возраст

Маленькие дети охотно проводят время со сверстниками, но полноценно дружить, сознательно выбирая себе приятелей, понимая суть дружбы и ее ценность они научатся не раньше трех лет. По возможности знакомьте сына или дочь с другими детьми, но не заставляйте с ними играть насильно.

Неразвитая речь

Одни дети учатся говорить чуть ли не с пеленок, словарный запас других остается долго очень ограниченным. Возможно, проблемы в общении малыша со сверстниками объясняются именно отсутствием разговорного навыка, неумением поддержать беседу. Сделать речь понятнее поможет разучивание стихов и ритмичных поговорок, считалок.

Помимо этого, нужна практика межличностного общения: оно происходит где угодно — в магазине, в поликлинике, на автобусной остановке. Увидев,

как взрослые разговаривают между собой, малыш начинает им подражать: здороваться и прощаться, задавать вопросы, давать развернутые ответы, пояснять свою точку зрения.

Эмоциональная несдержанность

Все люди в течение дня испытывают целый спектр эмоций, не всегда положительных. Злость, обида, ревность проявляются у дошкольников очень бурно — скандалами, истериками. Часто имеет место копирование поведения родителей — если мама с папой не стесняются устроить громкую ссору, нечего ожидать сдержанности от младшего члена семьи. В первую очередь следует пересмотреть семейные отношения, манеру выражать свои чувства, а потом объяснить чаду, что крик — не лучший метод получить желаемое или высказаться. Другим детям вряд ли понравится, что на них кричат, тем более никто не захочет дружить с драчуном.

Низкая самооценка

Сложно научить дошкольника дружить с другими детьми, если он от стеснения замыкается в себе. Такие детки опасаются быть отвергнутыми, держаться в стороне от шумных компаний, завистливо на них поглядывая. Иногда так ведет себя ребенок, несколько недель не посещавший детский сад из-за болезни. Тут выручат любые мероприятия, объединяющие детей в одну команду: игры, праздники, совместные прогулки, в этом должен принимать участие воспитатель. Можно поговорить с мамами некоторых детей которые ходят в одну группу с сыном или дочерью и пригласить их в гости.

Признаки, указывающие на то, что у ребенка есть проблемы с социализацией

Естественно, каждый человек формируется по-своему, обладает индивидуальными особенностями, и это связано не только с нервной системой и темпераментом, но и с условиями развития. Начиная с 4-5 лет уровень значимости контактов со сверстниками для ребенка только возрастает. Поэтому, если ваш ребенок:

- бывает агрессивен по отношению к своим сверстникам;
- жалуется на отсутствие друзей или нежелание сверстников с ним общаться;
- идет в сад или школу с неохотой;
- ни с кем не созванивается, не приглашает в гости (или если ему никто не звонит и не приглашает);
- часто находится в одиночестве;
- все свое время проводит за компьютерными играми/чтением/телевизором;

Вам стоит обратить внимание на возможную проблему и начать предпринимать определенные действия по ее решению.

Родителям важно выстроить близкие доверительные отношения с ребенком, поощрять его интересы, потому что таким образом происходит формирование детских чувств и переживаний. А скорректировать ситуацию можно, например, за счет арт-терапии или совместной работы родителя, ребенка и психолога. Первоочередная задача — понять, какие именно потребности не удовлетворены.

Зачастую родители отдают ребенка в детский сад или отправляют в летний лагерь, чтобы он там социализировался. Но что делать, если ему некомфортно там находиться?

В таких случаях родители чаще всего убеждены в том, что знают, как и что будет лучше и правильнее для их ребенка. В большинстве подобных ситуаций они не ориентируются на реальные желания и потребности детей, а проецируют на них свои. Пожалуйста, спрашивайте ребенка о том, куда он хочет поехать или пойти, как он себя чувствует, находясь вдалеке от дома, с какими трудностями сталкивается. Очень важно не оставлять его наедине со своими переживаниями и не преуменьшать его проблемы. Помогите ребенку найти ответ на сложный вопрос, справиться с затруднительной ситуацией. Не менее важно — помочь ребенку не замкнуться в себе. Так, чтобы не позволить ребенку уходить в свои фантазии, которые заменят реальную жизнь, родители должны в первую очередь развивать в нем навык принятия реальности с ее трудностями. Помочь ребенку справиться с неудачами можно только через эмоциональную поддержку: спрашивая о его состоянии, разделяя переживания, рассказывая о своем опыте из детства.

Таким образом родитель сможет помочь ребенку не разочароваться и не замкнуться в себе, даже когда кажется, что окружающие его не принимают.

Как помочь ребенку?

В вопросах дружбы со сверстниками помощниками малыша станут родители, чья стратегия должна охватывать несколько направлений:

Диалог с воспитателем. Грамотный педагог обязательно заметит возникшие у воспитанников проблемы, сумеет выстроить отношения внутри группы. Попросите воспитателя вовлечь вашего малыша в совместные игры и обязательно интересуйтесь результатами;

Анализ домашней обстановки. Замкнутость иногда является отражением натянутых или неприязненных отношений в семье, конфликтов между родителями. Чтобы ни происходило между мамой и папой, ребенок не должен видеть, как они ссорятся;

Разговор по душам. Обсуждение детских успехов и промахов в доброжелательной манере должно стать доброй традицией. Малыш поделиться с вами своими переживаниями, только если будет уверен, что его не осудят, помогут советом;

Дни открытых дверей. Чем больше детей будет приходить к дошкольнику домой, тем быстрее и легче он научиться дружить. В один из выходных дней зовите на обед семьи друзей с детьми, и посвятите вечер активным играм;

Кружок по интересам. Спортивная секция, танцы, лепка из глины, рисование, пение — любое общее занятие сближает и становится темой для разговора на первых порах общения. Научившись дружить в кружке, ребенок легко заведет друзей в детском саду;

Ролевые игры. Представьте себя героем игры (например, куклой, любимым мультипликационным героем) ребенку проще рассказать о том, что его тревожит. Разыгрывайте дома мини-сценки знакомств, совместных развлечений или даже ссор и в игровой форме мягко прививайте малышу социальные навыки.

Важно не навязывать дошкольнику дружбу с другими детьми, если они ему не нравятся. Пусть сам выберет себе приятелей. Просто одобряйте любые его попытки расширить круг общения. И не забывайте повторять, как его любите — это самое главное.

Когда все методы испробованы, но не дают ожидаемого результата, не будет лишним обратиться к детскому психологу. Профессионал поможет родителям выяснить причины проблемы и найти верное решение, подскажет, как научить ребенка дружить с другими детьми в детском саду, не нарушая его зону психологического комфорта.

Что поможет ребенку влиться в коллектив?

Есть основные навыки и умения, которые помогут ребенку освоиться в коллективе, но работа над их развитием, несомненно, должна проводиться родителями.

- **Умение понимать свои чувства и эмоции, а также способность ими управлять и выразить в адекватной форме.** С самого раннего возраста родителям необходимо развивать эмоциональный интеллект своих детей. Например, нужно научить ребенка выражать обиду словесно, не провоцируя при этом конфликт.
- **Желание самого ребенка поддерживать эмоциональный контакт и близость с другими людьми, разделять и уметь понимать их чувства.** Важно, чтобы ребенок хотел принимать участие в играх со сверстниками, выполнять коллективные задания, и при этом не боялся брать инициативу в свои руки или поддерживать инициативу других людей.
- Не менее ценным навыком является **понимание границ**, а также **умение принимать отказы и говорить «нет» самому.** Ребенок должен знать о существовании частной собственности — своих и чужих игрушек.
- **Умение поддерживать разговор, шутить и задавать вопросы.** Важно обучить ребенка умению слышать и слушать другого человека, а также адекватно реагировать на раздражители.

О чем стоит помнить родителям.

Во-первых, говорите со своим ребенком. Слова «Я вижу, что тебе грустно/ты злишься/переживаешь. Я хотел(а) бы, чтобы твои отношения с ребятами складывались иначе» действительно важны, так как ребенок должен в любом возрасте чувствовать, что родитель его любит, всегда готов выслушать и осознает его трудности. Такой подход помогает выстроить доверительные отношения.

Во-вторых, самому родителю важно перестать чрезмерно опекавать ребенка, беспрекословно выполнять его любое желание и потакать каждому требованию. Это нужно для того, чтобы он учился самостоятельно решать возникающие вопросы и справляться с собственным эгоизмом. Например, дети часто требуют играть по их правилам, а в случае проигрыша обижаются и расстраиваются. Но жизнь в обществе устроена не так — ребенок должен уметь играть совместно с другими детьми: порой под чужим руководством, порой по иным правилам.

Всем известно, что дети копируют поведенческую модель родителей, а значит можно корректировать их поведение через собственный пример. Передать важный опыт без нотаций и нравоучений можно, рассказав ребенку историю знакомства со своими друзьями детства, о том, как протекала дружба, о ссорах и примирениях.

Иницируйте походы в гости и контакты с другими детьми. По возможности как можно реже меняйте условия жизни и круг общения ребенка: из-за частых переездов ему будет трудно выстраивать близкие отношения со сверстниками.

Смотрите вместе фильмы и мультики, в которых поднимается эта тема, и обязательно обсуждайте после просмотра поступки и поведение героев. Со стороны всегда проще оценить ситуацию, а затем попробовать переложить ее на собственный опыт