

Как помочь ребенку завести друзей?



Родители с радостью наблюдают, как их дети заводят новых друзей, потому что знают, насколько это важно для самооценки, развития чувства собственной безопасности и хорошего самочувствия. Но отношения, которые строит ваш ребенок, не всегда дарят ему положительные эмоции. Как и во взаимоотношениях между взрослыми, здесь неизбежны ссоры, конфликты и оскорбленные чувства. Зачастую дети не только страдают от насмешек и подлостей товарищей, но и сами бывают несправедливы и становятся причиной слез и обид других детей.

Возможность познакомиться со всеми аспектами дружеских отношений — важная составляющая процесса социальной адаптации и развития ребенка. Вам, вероятно, больно за этим наблюдать, но это лучший способ для ребенка научиться настоящей дружбе и создать собственный круг общения. **Родителям необязательно вмешиваться и пытаться помочь детям подружиться. Главное — помнить, что дети очень нуждаются в поддержке и понимании, когда старательно строят дружеские отношения с окружающими.**

Развитие социальных навыков

Некоторые дети с самого младенчества ведут себя активно и легко заводят друзей. Другие же застенчивы и чувствуют себя неловко в компании, поэтому нуждаются в поощрении и поддержке родителей. Помогите малышу развить навыки общения и поведения в обществе. К примеру:

1. Ребенка следует научить здороваться и улыбаться тому, с кем он хочет познакомиться.

2. Расскажите малышу, как лучше присоединиться к группе сверстников. Подойдя к группе, ребенок должен выбрать одного из детей и, глядя ему в глаза, спросить, может ли он присоединиться к ним. Если ответ будет отрицательным, малышу следует улыбнуться и отойти в сторону. А вам следует сказать ему, что в следующий раз обязательно получится. Если же группа разрешит, следует поблагодарить ее участников.

3. Чаще напоминайте ребенку, как важно быть вежливым и доброжелательным с окружающими. В любой компании ценят жизнерадостных и оптимистичных людей — для ребенка это верный способ подружиться со многими.

Хорошее поведение

Иногда дети при общении со сверстниками могут проявлять эмоциональную черствость. Если такое случается, объясните ребенку, в чем он не прав, и подчеркните, что он должен нести ответственность за свое поведение — нельзя сплетничать, а также бить, обижать, дразнить и прогонять других детей. Если вы стали свидетелем подобных действий своего чада, необходимо немедленно прекратить это и объяснить, почему такое поведение недопустимо.

Сочувствие и взаимная вежливость

Главное в дружеских отношениях, безусловно — способность посмотреть на вещи с точки зрения партнера и способность делиться. Без этого невозможно построить долгую и крепкую дружбу. Вы можете научить ребенка чувствовать эмоции других и корректно реагировать на них, если будете ежедневно практиковать это в собственной семье.

Помогайте ребенку дружить

Наблюдая со стороны за становлением дружбы вашего ребенка с другими детьми, вы, вероятно, чувствуете, что не можете разобраться в сложном устройстве их социального круга. Возможно, нас удивляет, почему некоторые союзы распадаются и почему ребенок предпочитает дружить с теми, а не иными детьми. Главное — будьте всегда готовы выслушать ребенка и помочь советом. Так вы гарантируете, что дети будут делиться с вами своими радостями и горестями по мере становления дружеских отношений.

Планируйте встречи

Один из способов научиться быть хорошим другом — планировать время следующей встречи для игр. Если друг малыша пришел к вам в гости, предоставьте им место для игр. Когда вы даете нашему ребенку возможность быть «хозяином» с гостем, тем самым формируете в детях уверенность, что они в состоянии сами, без вашей помощи, построить дружеские отношения. Разумеется, ребенок должен получить ваше разрешение, чтобы ходить играть в дом к другу. Разрешая это ребенку, вы показываете, что поощряете его стремление подружиться с другими детьми.

Возможности дружбы

Убедитесь в том, что ваше чадо имеет возможность подружиться с кем-либо вне его школьного круга общения. Если в школе ваш ребенок не смог завести друзей, его способность сделать это в другой компании поможет стимулировать уверенность в себе и уменьшить чувство одиночества. Даже те дети, которые вполне удовлетворены общением в компании одноклассников, только выиграют, если заведут вне школы друзей с другими интересами, такими как спорт, туристические походы, церковный хор или занятия искусством.

Причастность к общим интересам и взаимопомощь

Помогите ребенку понять главную цель любой дружбы — оказание взаимной помощи. Согласно исследованиям, те, кто пытается помочь другим, чаще вызывают симпатию окружающих. Научив ребенка понимать потребности друзей и предлагать свою помощь, вы поможете сформировать у него навыки дружбы. К тому же если ребенок разделяет интересы одноклассников, он тем самым показывает, что уважает их и дружеские отношения, связывающие их. Одним из способов практиковать сочувствие будет принести лакомство больному другу или пригласить на обед в ваш дом только что переехавшую семью соседей. Участь таким образом внимательно относиться к нуждам других, ваш ребенок, вероятно, окажет радушный прием любому новичку в классе.

Не тревожьтесь понапрасну

Ничто так не беспокоит и не выбивает родителей из колеи, как наблюдение за тем, как ребенок реагирует на проявления социальной несправедливости, с которыми он так или иначе сталкивается в процессе формирования дружеских отношений. Помните, что большинство детей легко сходятся с окружающими и строят социальную иерархию по собственным правилам. Когда дети неизбежно столкнутся с отторжением от группы и разочарованием, они, скорее всего, преодолеют это и благополучно забудут. Даже те дети, которые так или иначе пострадали от поведения друзей, вырастут, повзрослеют и найдут новые способы строить дружеские и теплые отношения.

Не слишком вмешивайтесь в дружеские отношения детей

Родители, воспитывая детей, часто вспоминают собственные детские разочарования и обиды и пытаются регулировать, с кем и как следует дружить их собственным детям для их же блага. Позвольте детям вначале самостоятельно справиться с возникающими разногласиями и конфликтами, держитесь в стороне. Конечно, если дети сами не могут принять решение, следует предложить выслушать, в чем спор, и спросить их мнение, прежде чем предлагать совет. Такое неназойливое управление отношениями поможет детям

осознать, что вы им доверяете и считаете их достаточно самостоятельными, чтобы найти решение самостоятельно.

Учиться слушать

По мере взросления дети будут не раз радоваться и разочаровываться, находить и терять друзей. Не отказывайтесь выслушать ребенка, если он хочет обсудить с вами отношения в компании, и будьте готовы помочь советом, если потребуется. Покажите ребенку, что вы понимаете боль и разочарование, которые он испытывает, расскажите несколько историй из собственного детства и посоветуйте, как бороться с неприятными эмоциями в таких случаях. Конечно, проще всего предложить стратегию поведения или совет, как действовать дальше, но большинству детей больше всего нужны эмоциональное сочувствие, поддержка родителей в важный момент жизни.

Когда ребенок подвержен риску

Все наши советы призваны помочь детям усвоить навыки общения в коллективе и научиться быстро заводить друзей. В то же время родителям важно определить, в какой момент необходимо вмешаться, если у ребенка не получается находить друзей. Большинство детей имеют хотя бы одного друга, однако около 20% детей не имеют друзей вообще. Этим детей можно отнести к одной из трех категорий:

1. брошенные дети;
2. дети со сложным характером;
3. отвергнутые дети.

Брошенных детей игнорируют не родители, а сверстники. В действительности для таких детей идеальными являются близкие доверительные отношения с родителями, но они очень застенчивы и социально неуклюжи. Если ваш ребенок подходит под это описание, помогите ему найти друзей среди других детей, помимо семьи. Вы, конечно, не сможете изменить характер ребенка, но можете помочь ему развить навыки общения в коллективе и поиска друзей.

Сложные дети ведут себя вызывающе, и обычно это правится сверстникам. Однако в их поведении также много грубых и раздражающих черт, что вызывает недовольствие других детей. Такие дети любят дразнить младших, часто не заботятся о своей физической форме и личной гигиене. Им полезно прививать хорошие привычки и отучать их от дурных, это поможет им находить общий язык со сверстниками.

Наконец, отвергнутые дети отличаются повышенной агрессией и склонностью к депрессии, замкнуты и угрюмы. Если ваш ребенок проявляет агрессию или становится необычно замкнутым, ему необходимо помочь и посоветовать другие способы выплескивания отрицательных эмоций. Помогая

ребенку советом, вы сможете определить, являются ли замкнутость и агрессия действительно признаками депрессии.

Если вы чувствуете, что ваш ребенок относится к одной из перечисленных групп, не стоит закрывать глаза на изменения в поведении и надеяться, что все пройдет без вашего вмешательства. Дети, у которых нет друзей, рискуют остаться в одиночестве в будущем и приобрести множество психологических и поведенческих расстройств. Ребенка важно подстраховывать, когда он пытается строить дружеские отношения со сверстниками, но если вы видите, что он начинает замыкаться в себе, ваше вмешательство становится необходимым.

Опекать ребенка по мере того, как он заводит друзей, довольно сложно и ответственно. Существует очень тонкая грань между ситуациями, когда необходимо вмешаться и помочь, и ситуациями, когда надо отойти в сторону и предоставить детям разобраться самостоятельно. Ориентируясь и участвуя в школьной жизни вашего ребенка, его внеклассных занятиях, жизни его друзей и сверстников, вы тем самым определяете собственное место в его круге общения. Лучшее, что вы можете делать в этот период, — выслушивать ребенка, понимая, что в любых дружеских отношениях есть взлеты и падения, и привыкать к ним следует с самого детства.