

## КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.

«Как научить ребенка общаться (*дружить*) со сверстниками?»

Чтобы **научить ребенка общаться со сверстниками**, необходимо, чтобы он усвоил некоторые правила, гарантирующие ему успех в общении. Эти правила называются у психологов условиями социального успеха.

Первое условие социального успеха – это личная привлекательность. Только обязательно объясните ребенку, что личная привлекательность – это не столько внешняя красота, сколько ухоженность, наличие хороших манер, опрятность и чистоплотность, способность заинтересовать чем-то своего собеседника.

Второе условие социального успеха – это навыки общения. Первые навыки общения дети получают в семье, поэтому, чтобы **научить ребенка общаться со сверстниками – нужно**, прежде всего, **научить его общаться с членами семьи**. Для этого, побольше разговаривайте с ребенком и просите других родственников делать то же самое. А если у Вас есть старший ребенок – будет очень хорошо, если дети найдут общий язык между собой. Помните: научить ребенка общаться со сверстниками можно только с помощью активной и длительной практики!

Как **научить робкого ребенка общаться со сверстниками?**

Очень часто причиной неспособности наладить общение со **сверстниками** является застенчивость и робость ребенка. В этом случае необходимо поднять самооценку малыша и помочь ему раскрепоститься.

Чтобы **научить робкого ребенка общаться со сверстниками**, необходимо:

- Не выражайте явно свое недовольство самим ребенком: Вы можете осудить его нежелательные поступки, но не ребенка как личность. Например, одну и ту же претензию можно сформулировать совершенно по-разному: «Ты опять не сказал спасибо продавщице! Что же ты, за непонятливый такой? Ты плохой, я тебя не люблю!» (*деструктивная форма*) или «Твой поступок меня очень огорчил... Я понимаю, что тебе тяжело сказать «спасибо», ты стесняешься, но ведь продавщица могла подумать, что ты просто невоспитанный! Постарайся впредь не допускать твоих поступков, ведь я тебя очень люблю» (*конструктивный способ*).

- Старайтесь не предъявлять слишком много претензий к ребенку, чтобы он не почувствовал себя ненужным и не решил, что Вы не принимаете его таким, какой он есть.

- При любом удобном случае хвалите ребенка и показывайте, что Вы его уважаете, и для Вас важно его мнение. Например: «Я очень горжусь тем, что ты сегодня смог заговорить с девочкой на улице. Ты выглядел таким взрослым и самостоятельным!».

- Чтобы **научить ребенка общаться со сверстниками**, всегда сохраняйте в общении с ним **дружелюбный тон**. Он должен понимать, что его любят, ценят и уважают, а для своих **родителей** он всегда самый лучший. С таким настроением ему намного проще будет воспринимать критику и неприятие его, с которым он вполне может столкнуться в процессе общения в реальной жизни.

- Оставляйте за ребенком право самостоятельно принимать решения и не критикуйте их, даже если они Вам не очень нравятся. Максимум, что Вы можете себе позволить – это мягко выразить свое мнение о каком-то поступке малыша,

оставляя право выбора за ним. Кроме того, старайтесь не вмешиваться в его занятия и не помогать ему в тех случаях, когда он может справиться самостоятельно (*пусть даже и с трудом*).

- Если ребенок в процессе общения снес в свою сторону какую-то обиду – не оставляйте малыша наедине с ней. Выслушайте его, пожалейте, подскажите, объясните, кто, где был не прав, чтобы на будущее ребенок получил урок и не повторял своих ошибок. Но ни в коем случае не отмахивайтесь от ребенка и не говорите ему что-то вроде: «Твои проблемы – это глупость, да и вообще ты сам во всем был виноват».

- Чтобы **научить ребенка общаться со сверстниками** и поднять его самооценку, Вы ни в коем случае не должны давить на него своим авторитетом и стремиться быть всегда и во всем правой. Можете быть уверены: для ребенка Вы и так истина в последней инстанции! Но иногда стоит давать ребенку возможность учиться на своих ошибках и принимать собственные решения. Очень мудро с Вашей стороны будет, если Вы дадите возможность давать Вам советы и критиковать Вас. Только так, Вы сможете сформировать у него чувство собственного достоинства и самоуважение.

- Для того, чтобы **научить ребенка общаться со сверстниками**, необходимо, чтобы у него было «в кармане» несколько «заготовок». Например, фразы, как начать знакомство: «Привет, меня зовут Миша! А тебя как зовут? Хочешь печенья? Я могу тебя угостить!».

Полезные советы, как **научить ребенка общаться со сверстниками?**

Итак, Ваш ребенок избавился от робости, он уверен в себе и готов к новым подвигам. В этот момент мы должны вспомнить о двух условиях социального успеха: личной привлекательности и навыках общения – и начать их формировать! Но не стоит забывать, что лучшая форма обучения для маленьких детей – это пример **родителей**. Поэтому, прежде всего, обратите внимание на себя и собственным примером показывайте ребенку, как надо **общаться**.

Формирование личной привлекательности – это, по сути, формирование тех черт характера, которые, так или иначе, помогут ребенку в общении. Формирование навыков общения – это соединение черт характера, составляющих личную привлекательность, с практическими навыками общения. Как же сформировать у малыша эти черты характера и **научить ребенка общаться со сверстниками?**

- Будьте открыты, ласковы и искренни со всеми членами семьи. Ребенок, видя такую модель общения, будет ее усваивать и использовать в общении со **сверстниками**. Малыш должен усвоить, что добрый и открытый человек всегда окружен друзьями.

- Будьте вежливы, уважительны и заботливы по отношению к членам Вашей семьи. Удачно **научить ребенка общаться со сверстниками** можно только в том случае, если он будет знать, что относиться к окружающим нужно с уважением, а в особых случаях – даже проявлять заботу и уметь сострадать.

- Привлекайте ребенка к внутрисемейным делам – просите его помочь сделать уборку в доме, приготовить ужин или помочь в саду. Чем больше Вы будете **общаться** друг с другом и помогать друг другу внутри семьи – тем лучше у ребенка сформируются навыки общения.

- Ребенок должен чувствовать, что его любят. Тогда ему будет легче открыться и рассказать о своих внутренних переживаниях и Вам, и всем окружающим.

- Если в Вашей семье несколько детей, и они не всегда ладят – ни в коем случае, не поощряйте споры и конкуренцию между ними. Чтобы **научить ребенка общаться со сверстниками** – нужно показать ему, что агрессия и злость – плохой союзник в налаживании хорошего общения.

- Учите ребенка жить не только своими интересами, но и учитывать интересы собеседника. Например, нужно делиться игрушками, если собеседник вежливо попросил об этом, не нужно кричать и драться, в процессе игры нужно договариваться, а не *«тянуть одеяло на себя»* и т. д. Одним словом, прививайте ребенку правила хорошего тона. А если Вы видите, что он в процессе игры забывает о каком-то из них – договоритесь, что у вас будет условный сигнал, которым Вы напомним малышу об этом правиле. Например, Вы видите, что ребенок лезет в драку. Чтобы не допустить потасовки – тихо произнесите: «Помнишь?», что будет означать: «Помнишь, мы с тобой договаривались, что драк не будет?».

- Держите ребенка, налаживающего общение, в поле своего зрения, чтобы он чувствовал, что Вы постоянно уделяете ему внимание. Это очень важно для формирования его внутренней уверенности и хорошо действует как сдерживающий фактор.

- Чтобы **научить ребенка общаться со сверстниками**, обязательно расскажите ему о том, что для того, чтобы взять игрушку у приятеля по игре, нужно вежливо спросить разрешения, а не выпрашивать и уж, тем более, не топтать ногами и не драться. Многие дети грешат нетерпеливостью, что потом приводит к обидам и истерикам.

- Ребенок должен знать о правилах справедливости. Например, если игрушку не попросили, а отняли – можно защищаться и отстаивать свои права. А если игрушку вежливо попросили – правильно будет одолжить ее новому знакомому. А если кто-то из детей первым лезет в драку или проявляет агрессию – защищаться необходимо, при условии, что соперник не слабее Вашего ребенка. ведь поднимать руку на тех, кто слабее – очень стыдно.

- Учите ребенка самоиронии – в этом случае он не обидится и заплачет, услышав что-то неприятное от собеседника, а сможет ответить ему что-то смешное, но не унижающее его, сохранив свое достоинство перед обидчиком.

- Чтобы **научить ребенка общаться со сверстниками**, объясните ему, что в том, чтобы завести разговор первым или попроситься в игру, нет ничего страшного и постыдного. Малыш может даже сам предложить **дружбу** или совместную игру тому, кто ему понравился. Если, конечно, ребенок при этом не становится назойливым.

- Ребенок должен усвоить **«правила дружбы»** : не дразниться, играть честно, не разбалтывать доверенные секреты и не стремиться к превосходству над окружающими. Малыш должен понимать, что он не хуже остальных, но и не лучше, поэтому уважение к чувствам окружающих должно быть.

Упражнения на развитие навыков общения

Эффективно **научить ребенка общаться со сверстниками** можно с помощью постановки ему проблемных ситуаций, для которых он должен подобрать выход:

- Твой приятель без разрешения взял твою игрушку. Что ты будешь делать?

- Твой друг пробежал мимо и нарочно тебя толкнул, но буквально через 3 шага упал сам и сильно ударился. Что ты будешь делать?

- Над тобой постоянно смеется и дразнит тебя одна девочка в нашем дворе. Что ты сделаешь, когда в следующий раз ее увидишь и услышишь оскорбления?

- Мальчик, с которым ты играешь, вдруг взял и толкнул тебя. Тебе больно. Что ты сделаешь?

- Ты со своим другом играешь дома, и тут приходит папа с твоим любимым мороженым. Что ты сделаешь?

- Твой лучший друг доверил тебе тайну, которую нельзя никому рассказывать. Но ты очень хочешь рассказать ее своим **родителям**. Как ты поступишь?

Когда Вы получите варианты решения этих проблем, обсудите их с ребенком и мягко подведите его к правильным решениям, если на некоторые вопросы он ответил неправильно. Спустя некоторое время ребенок сам **научится** достойно выходить из сложных жизненных ситуаций.

**Научить ребенка общаться со сверстниками** можно и с помощью групповых игр. Например, игра *«Иностранцы»*.

В ходе этой игры все дети, участвующие в ней, должны придумать себе *«тарабарский»* язык и представлять собой гостей из разных стран, разговаривающих на разных языках. Сначала ведущий просит каждого участника рассказать о себе на тарабарском языке, сопровождая рассказ жестами (*около 30 секунд*).

Затем каждый ребенок *«переквалифицируется»* в продавца магазина, а остальные *«иностранцы»* приходят к нему в магазин и пытаются объяснить с помощью непонятных продавцу звуков и жестов, что конкретно им нужно. Это продолжается до тех пор, пока каждый ребенок не побывает *«продавцом»*.

После окончания игры спросите у детей, понравилось ли им, пусть они расскажут Вам, легко ли им было понимать друг друга.

**Как научиться ребенка общаться со сверстниками – каждый родитель решает для себя сам.** Но помните, что чем раньше Вы **научите** его коммуникабельности, и чем раньше он **научится** преодолевать жизненные неурядицы и справляться с мелкими неудачами – тем лучше будет для него. Ведь Вы хотите видеть своего ребенка счастливым, а не угрюмым и нелюдимым, правда?