

Как научить ребенка общаться со сверстниками?

Как правило, вопрос: «Как научить ребенка общаться» до его трехлетнего возраста не актуален. Ведь в первые годы жизни общение ребенка со сверстниками обычно ограничивается визитом на детскую площадку, где дети под присмотром взрослых обмениваются игрушками и наблюдают друг за другом.

Стремление дружить появляется у детей только к трем годам – как раз к тому возрасту, когда малыш идет в детский сад. И именно к этому времени необходимо научить ребенка общаться со сверстниками – чтобы он не почувствовал себя «белой вороной» и не возненавидел детский сад, воспитателей и сверстников вместе взятых!

Так как научить ребенка общаться со сверстниками?

Условия социального успеха



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).
- Страйтесь не предъявлять слишком много претензий к ребенку, чтобы малыш 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. Малыш должен понимать, что бы он ни сделал – его любят, ценят и уважают, а для своих родителей он всегда самый лучший. С таким настроем ему намного проще будет воспринимать критику и неприятие его, 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, страйтесь 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 малышу возможность давать Вам советы и критиковать Вас. Только так Вы сможете сформировать у него чувство собственного достоинства и самоуважение.

• Чтобы малыш не боялся начинать разговор со сверстниками, пойдите на маленькие хитрости. Пришейте ему на курточку или на другой предмет одежды пуговицу и скажите, чтобы он, как только он начнет чего-то бояться, дотронулся до нее. В этот момент Вы о нем подумаете и поможете ему.

• 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 напомните 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 топать 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 пробегал 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 оскорблений?
- 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 «иностранные» 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 ребенку общаться со сверстниками – каждый родитель решает для себя сам. Но помните, что чем раньше Вы научите малыша коммуникабельности, и чем раньше он научится преодолевать жизненные неурядицы иправляться с мелкими неудачами – тем лучше будет для него. Ведь Вы хотите видеть своего ребенка счастливым, а не угрюмым и нелюдимым, правда?

Учите ребенка быть отзывчивым. Например, у другого ребенка перебинтована нога, и он не может играть в подвижные игры. Предложите своему малышу показать ему свои игрушки, поиграть в песочнице в формочки и т. д.

Учите считаться с интересами других детей. Если ваш ребенок настойчиво отбирает игрушку у другого малыша, необходимо объяснить ему, что девочка (мальчик) тоже хочет поиграть, а он потом может взять понравившуюся игрушку. А пока займите его чем-то другим.

Учите делиться. Например, ваш ребенок увлеченно играет, а рядом сидит другой малыш и наблюдает за ним. При этом у него нет своих игрушек. Предложите своей крохе пригласить его и поделиться игрушками. Необходимо помнить, что опыт первых отношений — это фундамент, на котором строится дальнейшее развитие личности ребенка. Между тем, не всегда он бывает удачным. У многих детей уже в дошкольном возрасте формируется и закрепляется негативное отношение к другим, которое может

иметь весьма печальные последствия. Вовремя определить проблемные формы отношения ребенка к сверстникам и помочь преодолеть их — важная задача родителей.

Итак, какие же бывают проблемные формы отношения к сверстникам?

1. Агрессивные дети. В принципе, те или иные формы агрессии присущи большинству детей дошкольного возраста. Ведь практически все дети ссорятся, дерутся или обзываются. Однако у некоторых детей агрессия не только сохраняется, но и развивается, становится устойчивым качеством личности.

Почему же дети становятся агрессивными? Психологические исследования выявили факторы, влияющие на появление агрессивного поведения у детей. Среди них — особенности семейного воспитания, образцы агрессивного поведения, которые ребенок наблюдает по телевизору или со стороны сверстников, уровень эмоционального напряжения и т. д. Уже в дошкольном возрасте складываются определенные внутренние предпосылки, способствующие проявлению агрессивности. Дети, склонные к насилию, существенно отличаются от своих миролюбивых сверстников не только по внешнему поведению, но и по своим психологическим характеристикам.

Как проявляется агрессивность у детей? Дети проявляют агрессивность различными способами. Это может быть, например, оскорбление сверстника или драка из-за понравившейся игрушки. Однако, встречаются и агрессивные действия, которые не имеют какой-либо цели, кроме как причинить вред другому. Например, мальчик толкнул девочку и смеется над ее слезами, или девочка спрятала тапочки своей подруги и с удовольствием наблюдает за ее переживаниями. Такое поведение может свидетельствовать о склонности ребенка к враждебности и жестокости, что, естественно, вызывает особую тревогу.

2. Демонстративные дети. Демонстративных детей выделяет стремление привлечь к себе внимание любыми возможными способами. Такие дети, как правило, достаточно активны в общении. Однако в большинстве случаев дети, обращаясь к сверстнику, не испытывают к нему реального интереса. Преимущественно они говорят о себе, показывают свои игрушки, используют ситуацию как средство привлечения внимания взрослых или сверстников. Отношения с другими для таких детей выступают средством самоутверждения и привлечения внимания. Как правило, такие дети стремятся во что бы то ни стало получить положительную оценку себя и своих поступков.

Однако в случаях, когда отношения с воспитателем или группой не складываются, демонстративные дети применяют негативную тактику поведения: проявляют агрессию, жалуются, провоцируют скандалы и ссоры. Нередко самоутверждение достигается путем снижения ценности или обесценивания другого. Например, увидев рисунок сверстника, демонстративный ребенок может сказать: «Я рисую лучше, это совсем некрасивый рисунок». Вообще в речи демонстративных детей преобладают сравнительные формы: лучше/хуже, красивее/некрасивее.

3. Обидчивые дети. Обида может быть вызвана разными причинами.

Например, дети до 3-4 лет могут расстраиваться из-за отрицательной оценки родителей, требовать внимания к себе, жаловаться на сверстников. Но все эти формы детской обиды носят непосредственный, ситуативный характер — дети не «застрекают» на этих переживаниях и быстро забывают их. «Во всей красе» обида начинает проявляться после 5 лет, т. к. в этом возрасте возникает потребность в признании и уважении— сначала взрослого, а потом и сверстника. Именно в этом возрасте главным предметом обиды начинает выступать сверстник, а не взрослый.

Нужно различать адекватный и неадекватный повод для проявления обиды. Адекватным можно считать повод, когда ребенка дразнят или же сознательно игнорируют, отвергают. Повод, в котором по отношению к ребенку вовсе не демонстрируют неуважение или отвержение, можно считать неадекватным для обиды. Потому что в этом случае ребенок реагирует не на реальное отношение, а на свои собственные неоправданные ожидания, на то, что он сам воспринимает и приписывает окружающим. Например, образцом неадекватного проявления обиды может служить ситуация, когда девочка обижается, что подруги играют без нее, при этом она не предпринимает никаких попыток присоединиться к ним, а демонстративно отворачивается и со злостью поглядывает на них. Очевидно, что в такой ситуации ребенок приписывает другим неуважительное отношение к себе, видит то, чего на самом деле нет.

4. Застенчивые дети. Наблюдения показали, что застенчивость появляется у многих детей уже в 3-4-летнем возрасте и сохраняется на протяжении всего дошкольного возраста. Практически все дети, которые ведут себя застенчиво в 3 года, сохраняют это качество до 7 лет. Вместе с тем выраженность застенчивости претерпевает изменения на протяжении дошкольного периода. Слабее всего она проявляется в младшем дошкольном возрасте, резко возрастает на пятом году жизни и сокращается к 7 годам. При этом на пятом году жизни усиление застенчивости приобретает характер возрастного

феномена. Возникнув в этот период, у некоторых детей это качество остается устойчивой чертой личности, которая во многом усложняет и омрачает жизнь человека. Поэтому очень важно вовремя распознать эту черту и остановить ее чрезмерное развитие.

Застенчивые дети в общении с посторонними испытывают эмоциональный дискомфорт, который проявляется в робости, неуверенности, напряжении, выражают тревогу и страх. Эти дети испытывают страх любых публичных выступлений, даже если надо всего-навсего ответить на вопрос своего воспитателя на занятии.

Наблюдая за поведением ребенка, можно без труда заметить данные особенности. И, конечно же, необходимо принять меры, тем самым облегчив взаимодействие ребенка с другими людьми в будущем.

педагог-психолог Носова Мария Валерьевна

СОВЕТЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

Шесть основных принципов, опираясь на которые родители должны решать вопрос о наказании ребенка.

1. Сначала **установите границы - затем требуйте их соблюдения.** Вы должны сами для себя определить, чего вы хотите и чего не хотите. Ребенок, в свою очередь, тоже должен знать, что приемлемо в его поведении, а что - нет. Только при таком условии наказание будет восприниматься им как акт справедливости. Короче говоря: если вы не установили правила – не требуйте их исполнения.



2. **На вызывающее поведение отвечайте уверенно и решительно.** Если ребенок демонстрирует явное неповиновение, если он идет на открытый конфликт, вы должны быть готовы к нему. Беспомощность взрослого лишает его авторитета в глазах детей. Ранее мы приводили пример, когда мама позволяла ребенку причинять себе боль. Она всячески избегала конфликта и была не готова твердо предъявить требование, которое ограничило бы активность ребенка.

3. **Отличайте свое воле от детской безответственности. Это означает, что ребенка нельзя наказывать за непреднамеренный проступок.** Если он забыл выполнить вашу просьбу или просто не понял вашего требования, не наказывайте его. Нельзя предъявлять к детской памяти и интеллекту такие же требования, как к памяти и интеллекту взрослого. Детская безответственность – не то же самое, что злостное

непослушание, она требует более терпеливого отношения.

4. Когда конфликт исчерпан – утешите ребенка и все ему объясните.

Ребенок почти всегда тяжело переносит наказание. Он чувствует одновременно вину, растерянность, покинутость. После того как срок наказания истек, помиритесь с малышом. Обнимите его, погладьте, скажите, как сильно вы его любите и как вам неприятно наказывать его. Еще раз объясните ему, почему он наказан и как в следующий раз следует поступать.

5. Не требуйте невозможного. Родители должны быть уверены в том, что ребенок в действительности может исполнить то, что от него требуется.

Нельзя наказывать за то, что он намочил постель или сломал игрушку, которую вы ему подарили. Наказание в данном случае может стать источником внутреннего конфликта ребенка.

6. Руководствуйтесь любовью. Прежде чем наказывать, разберитесь в ситуации, при этом постарайтесь оставаться спокойным. В любом воспитательном процессе неизбежны промахи, ошибки и конфликты. Мерилом здоровых отношений с детьми являются любовь, теплота, искренняя забота. Только они могут оправдать необходимость строгости и дисциплины. Как видите, описанные принципы сокращают область применения наказания, закладывают в его основание любовь и ответственность за будущее детей.

Помните, что маленький человек – это личность, которая, к тому же, еще только формируется. Нельзя оскорблять малыша, и уж тем более унижать - нужно помнить о том, кого мы хотим вырастить.

Подготовила педагог-психолог Носова Мария Валерьевна

