

ЮЛИЯ ВАСИЛЬКИНА

**ЧТО  
ДЕЛАТЬ**



**ЕСЛИ РЕБЁНКУ**

***трудно  
общаться  
со сверстниками***



Юлия Василькина

**Что делать, если ребенку трудно  
общаться со сверстниками**

«Автор»

2013

**Василькина Ю.**

Что делать, если ребенку трудно общаться со сверстниками /  
Ю. Василькина — «Автор», 2013

ISBN 978-5-699-67916-4

«Мой сын постоянно дерется», «Мою дочь все время обижают», «Он такой стеснительный», «Ей со всеми неинтересно»... Подобные жалобы от родителей к опытному психологу Юлии Василькиной поступают нередко. Трудности в общении со сверстниками бывают у всех детей – и у малышей, и у подростков. Что делать? Как помочь своему ребенку? В книге рассмотрены основные проблемы коммуникации детей разного возраста. Приведены интересные примеры из профессиональной практики автора. Предложены мини-тесты, благодаря которым вам будет проще понять причину возникшей ситуации. А главное – даются простые и эффективные советы, с помощью которых вы и ваш ребенок преодолете любые трудности.

ISBN 978-5-699-67916-4

© Василькина Ю., 2013

© Автор, 2013

# Содержание

Введение	5
Наука общения с правом на ошибку	6
Часть первая	7
Что такое «общение»?	7
Шесть главных помощников в общении	9
Внимание: помехи на линии!	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# **Юлия Василькина**

## **Что делать, если ребенку трудно общаться со сверстниками**

### **Введение**

Мы все любим своих детей и очень переживаем, когда они раз за разом наступают на одни и те же грабли. Вот, например, общение со сверстниками. Мы уж и объясняем ребенку, и даем инструкции, как нужно поступать в той или иной ситуации. Но «грабли» снова попадают по лбу. Он расстроен, мы тоже. А ведь умение общаться с другими – один из самых главных социальных навыков. И, конечно, каждому из родителей хочется видеть своего ребенка мастером общения: чтобы и целей своих добивался, и отношения с другими сохранял.

Перед вами очередная книга из серии «Решebник для родителей», где мы обсуждаем разные проблемы. Ведь быть родителем – это настоящий труд. И мы, родители, великие помощники для наших детей в постижении науки общения. Но несмотря на то что каждый ребенок уникален, у похожих проблем – похожие решения. И наша тема сегодня – что делать, если ребенок не умеет общаться со сверстниками. Попробуем разобраться!

## Наука общения с правом на ошибку

«Мой ребенок не умеет общаться», – говорит мне взволнованная мама шестилетнего мальчика. Вот так, ни больше ни меньше. Начинаем выяснять. Оказывается, что со взрослыми он в общем-то неплохо контактирует. Есть друзья в саду и на площадках. Так почему же столь категорично – «не умеет общаться»? Когда я слышу от родителей такие формулировки, они обычно означают, что родители видят *некоторые* проблемы, которые мешают ребенку. А иногда и не ребенку вовсе, а родителям. Им *кажется*, что он общается как-то не так. То ли слишком грубо, то ли слишком робко, но всегда *слишком*.

Эта книга – для родителей, которых беспокоит то, как их ребенок взаимодействует с другими детьми. Самое главное, что вы найдете в книге, – описание обычных возрастных проблем, которые возникают у детей в общении в разные периоды их жизни. По своему опыту могу сказать, что большинство таких проблем у детей носят временный характер, и когда родители понимают, что именно происходит, они успокаиваются и дают возможность ребенку их прожить, перерасти и исчерпать.

Также в книге вы найдете четыре истории из практики, иллюстрирующие четыре главные помехи в общении: *агрессивность, застенчивость, обидчивость и демонстративность*. Как и в других книгах этой серии, вы обнаружите мини-тесты, которые помогут вам точнее определить причину проблемы, а также рекомендации для максимально быстрого преодоления ситуации. Ведь именно к этому мы стремимся.

И еще нам нужно определиться в терминах. Кто-то из детей воспитывается в семье с обоими родителями, у кого-то есть только мама или папа, кто-то живет с отчимом или мачехой, а есть и те, у кого родители приемные. Чтобы не путаться, в книге я буду называть всех взрослых «родителями», иногда «мамой» и «папой», имея в виду, что они могут быть не родными ребенку по крови. Ведь то, для чего они находятся рядом с ребенком, от «родства крови» почти не меняется.

Вы переживаете из-за того, что ваш ребенок допускает ошибки в общении с другими и сам же от этого страдает? Вы пока не знаете, как помочь ему понять причины проблем и начать действовать по-другому: более миролюбиво, открыто, эффективно? Что ж, каждый из нас в детстве начинал постигать непростую науку общения, и никто не обходился без ошибок. Да что говорить, мы до сих пор каждый день учимся общению и до сих пор допускаем промахи, о которых жалеем. Что же требовать от ребенка, который находится в самом начале пути?

Мы надеемся, что вы получите ответы на свои вопросы и поможете ребенку стать более компетентным в общении. Имея опыт работы с детьми и их родителями, я уверена, что в большинстве случаев родители сами могут справиться с этой проблемой. Нужно лишь понять причины, а затем приложить силы и помочь своему ребенку.

## Часть первая

### Об общении, «неумеях» и не только

#### Что такое «общение»?

Термин «общение» мы употребляем столь часто, что уже не задумываемся, что именно он означает. Интуитивно понятно: в этом процессе объединяются двое и более людей, которые делятся друг с другом информацией, эмоциями, чувствами, взаимодействуют и воздействуют друг на друга. Да простят меня коллеги, которые будут читать данную книгу: я не буду углубляться далее в профессиональную казуистику. Определений общения существует немало, этой теме посвящены учебники и статьи в энциклопедиях, но вряд ли родители, читающие книгу, смогут почерпнуть нечто полезное из теоретических споров. Им-то интересно совсем другое: как помочь ребенку стать более компетентным в этом самом общении! Поэтому я приведу некоторые теоретические основы, но лишь те, которые нам действительно помогут в закладывании «фундамента».

**1. Общаясь, люди взаимодействуют друг с другом.** Если один человек активен – пытается донести информацию, поделиться чувствами, а другой никак не реагирует на это воздействие, то взаимодействие (*взаимное действие* в общении) не состоится. Например, один ребенок хотел позвать другого в игру, но тот был так увлечен чем-то, что просто не услышал приглашения. Общение не состоялось, но у первого ребенка могло остаться неприятное чувство.

**Первая проблема общения:** неэффективное начало, которое не дает возможности установить и развить контакт.

**Первая задача:** научить ребенка начинать общение так, чтобы получить отклик, а также чтобы дальше развить взаимодействие.

**2. Общаясь, люди «отражают» друг друга.** Существует теория «зеркального Я» (автор – Чарльз Кули), согласно которой человек в общении ориентируется на свои представления о том, каким он кажется другим людям, на то, как оценивают его другие. Иначе говоря, мы воспринимаем другого не только как партнера по общению, но и как отражение нас самих. Например, ребенок будет охотнее общаться со сверстниками, которые (как он считает) любят его и хотят с ним дружить. А тех, кто (как он считает) относится к нему плохо, он может либо избегать, либо проявлять к ним агрессию. Хотя на самом деле его восприятие может и не соответствовать действительности.

**Вторая проблема общения:** излишнее «надумывание», часто в отрицательную сторону, которое блокирует живость в общении. Ребенок может считать, что к нему относятся хуже, чем на самом деле. Или же, напротив, игнорировать отрицательное отношение к себе, раз за разом «натываясь» на «не буду с тобой играть».

**Вторая задача:** научить ребенка меньше размышлять о том, что о нем могут подумать. И больше основываться на реальных стимулах, идущих от других людей.

**3. Общаясь, люди определенным образом относятся друг к другу.** Теперь речь не только о том, что человек думает, как к нему относятся другие. Речь о том, что мы действительно каким-то образом относимся к каждому человеку, кто хоть сколько-то нам знаком (и даже к незнакомым). Отношение может располагать к успешному общению, если оно позитивное. А может препятствовать ему. Например, если один ребенок считает сверстника человеком веселым, интересным и готовым поиграть, то он и начинает общение с ним на позитивной ноте. Так шаг за шагом формируется дружба. Если же ребенок говорит: «Он жадный, никогда

не делится, хочет, чтобы все было только как он захочет», то вряд ли между ними сложится дружеский контакт.

**Третья проблема общения:** слишком «жесткая» оценка партнера по общению, которая основывается лишь на нескольких эпизодах.

**Третья задача:** научить ребенка большей гибкости и интересу к другим, которые помогут сделать отношение более дружелюбным. Важно, чтобы, несмотря на неприятный эпизод, ребенок был готов «попробовать еще раз».

**4. Общаясь, люди воздействуют друг на друга.** Мы хотим обогатить другого информацией, или же «поделиться» чувствами, или же склонить к действиям, которые были бы нам нужны. Речь не о манипуляции: ребенок, приглашая другого малыша в игру, может рассказать, как будет интересно им играть вместе.

И это, возможно, стимулирует того отложить свои забавы и принять приглашение. Но методы воздействия бывают разные. Кто-то действует, демонстративно обижаясь и «давя» на чувство вины. Кто-то чрезмерно агрессивен. Кто-то, вместо того чтобы увлечь, высокомерно приказывает. А кто-то капризничает.

**Четвертая проблема общения:** неадекватные методы воздействия на другого человека.

**Четвертая задача:** научить ребенка – чтобы общение состоялось, методы воздействия должны быть адекватны и построены на уважении.

## Шесть главных помощников в общении

Какие личностные черты влияют на то, чтобы общение состоялось наилучшим образом? Описывая их, я буду говорить «человек», имея в виду и взрослых, и детей. Ведь эти черты универсальны!

**Черта № 1: способность к со-чувствию (эмпатия).** Я не случайно написала слово «со-чувствие» именно таким образом. Речь о способности *разделять чувства*, как радостные, так и печальные. А ведь порадоваться за успех другого бывает гораздо сложнее, чем пожалеть его!

**Черта № 2: готовность договориться** – направленность на то, чтобы узнать точку зрения другого человека, четко выразить свои ожидания, обсудить обе точки зрения и договориться о том, чтобы в результате не было «проигравших». Умение действовать в позиции «мы вместе против проблемы» очень выигрышно в общении.

**Черта № 3: толерантность (терпимость)** – позиция принятия особенностей, желаний, привычек, устоев другого человека, которые отличаются от собственных. Толерантная позиция расширяет круг общения и вызывает уважение.

**Черта № 4: гибкость в общении** – умение отслеживать и быстро приспосабливаться к изменяющейся ситуации общения. Здесь необходимы и эмпатия, и внимание к партнеру по общению, и желание сохранить контакт.

**Черта № 5: доброжелательность.** Невозможна без эмпатии, но не равна ей. Тот, кто обладает доброжелательностью, изначально предполагает, что рядом с ним хороший, интересный, достойный человек. Эта позиция помогает быстро расположить к себе партнера.

**Черта № 6: умение постоять за себя и свои убеждения.** Без этого качества человек может «потеряться», слишком концентрируясь на чужих интересах и желаниях. Необходим баланс: другого уважай, но про себя не забывай!

## Внимание: помехи на линии!

Наша книга посвящена проблемам в общении. И мы будем подробно говорить в третьей главе о том, какие черты провоцируют неудачи в общении. А пока перечислим некоторые из них.

**Помеха № 1: агрессивность.** Она бывает физическая, когда ребенок легко дает волю кулакам. Ее разновидность – разрушение продуктов деятельности других детей: поломка построек, порча рисунков и т. д. А бывает агрессия вербальная, и тогда про ребенка говорят: «У него злой язык». Рано или поздно вокруг такого ребенка образуется «зона отчуждения», потому что другие дети не хотят стать жертвами его агрессивных проявлений. Иногда рядом с ним оказываются более слабые («свита»), но ведь это не то общение, которое вы хотели бы видеть?

**Помеха № 2: обидчивость.** Такие дети очень легко «уходят» из общения, если что-то идет не так, как они хотели бы. Часто они достаточно эгоистичны, и обидчивость является формой давления на других. Но то, что «срабатывает» в общении взрослых, почти не действует между детьми, особенно в случае обидчивых мальчиков. Другие дети, немного потерпев и подождав, не вернется ли приятель в общение, начинают заниматься своими делами, постепенно исключая его из совместных игр. Кому понравится, что игра все время прерывается обиженными вскриками, бегством и «надутым» молчанием?

**Помеха № 3: застенчивость.** Ребенок боится начать общение, а также напрягается, если кто-то подходит к нему с самыми добрыми намерениями. Даже если ему интересно, он не проявляет активности, и постепенно другой ребенок просто уходит, так и не развив контакт. У застенчивых детей две проблемы: они не умеют ни инициировать общение, ни поддержать начатое кем-то. И только если другой ребенок будет очень настойчив и терпелив, общение имеет шанс состояться.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.