

ЮЛИЯ ВАСИЛЬКИНА

**ЧТО
ДЕЛАТЬ**



ЕСЛИ РЕБЁНКУ

*трудно
общаться
со сверстниками*



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

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6528532

*Что делать, если ребенку трудно общаться со сверстниками: Эксмо;
М.: 2013*

ISBN 978-5-699-67916-4

Аннотация

«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 малышек, 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 преодолеете любые трудности.

Содержание

Введение	4
Наука общения с правом на ошибку	6
Часть первая	9
Что такое «общение»?	9
Шесть главных помощников в общении	13
Внимание: помехи на линии!	15
Конец ознакомительного фрагмента.	17

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 «Решебник 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 демонстра-*

тивность. 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 жалею. 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, «неумехах» 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 информа-

цию, 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 ху-

же, чем на самом деле. Или же, напротив, игнорировать отрицательное отношение к себе, раз за разом «натыкаясь» 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 вре-

мя 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.