

# СВОИ среди своих

КАК НАУЧИТЬ РЕБЁНКА ДРУЖИТЬСЯ

ЕЛИЗАВЕТА  
ФИЛОНЕНКО  
семейный психолог

7-11 лет



Время для ребенка (Феникс)

Елизавета Филоненко

**Свой среди своих. Как  
научить ребёнка дружить**

«Феникс»

2022

УДК 159.922.7  
ББК 88.41

**Филоненко Е. Н.**

Свой среди своих. Как научить ребёнка дружить /  
Е. Н. Филоненко — «Феникс», 2022 — (Время для ребенка  
(Феникс))

ISBN 978-5-222-40033-3

Общение с людьми может приносить большую радость. Но как быть, если это общение приносит одни только огорчения? А ещё если дело касается вашего ребёнка? Нет друзей, не принимают в игру, не зовут на дни рождения... Из этой грустной истории есть выход. С помощью книги, которую вы держите в руках, можно помочь ребёнку понять, что отличает детей, с которыми хотят подружиться, как стать хорошим партнёром по игре, как привлекать и удерживать друзей, как выбирать именно тех, кто тебе подходит. В игровой форме мы постарались осветить разные стороны детской дружбы, снабдив книгу полезными советами, упражнениями и инструкциями. Книга будет полезна тем, кто хочет помочь своему ребёнку обрести уверенность в компании детей и повысить его авторитет.

УДК 159.922.7  
ББК 88.41

ISBN 978-5-222-40033-3

© Филоненко Е. Н., 2022  
© Феникс, 2022

# Содержание

О чём эта книга	6
Обращение к родителям	7
Вступление	8
Глава 1	10
Конец ознакомительного фрагмента.	12

# **Елизавета Филоненко**

## **Свой среди своих. Как научить ребёнка дружить**

© Филоненко Е., 2022

© ООО «Феникс», 2022

## **О чём эта книга**

Прежде всего хотелось бы подчеркнуть, что это книга-тренинг для детей и их родителей. Она создана для активного чтения, обдумывания и выполнения заданий ребёнком при поддержке взрослого.

Прочитав эту книгу, дети лучше поймут, как строится общение, научатся конкретным приёмам взаимодействия.

На примере историй сверстников можно проанализировать ошибки, которые приводят к одиночеству, и поразмышлять, что мешает дружить, а что, наоборот, помогает.

Мы не собираемся делать из ребёнка такого рубаху-парня или девчонку, которая со всеми на короткой ноге. Цель этой книжки – обучить детей приёмам общения, наблюдения за собой и другими, чтобы помочь им избавиться от одиночества. Зная основные секреты общения, ребёнок, я искренне в этом уверена, сам поймёт, как ими распорядиться. Привлечь больше друзей в свою жизнь, укрепить отношения с приятелями, помочь кому-то почувствовать себя понятым... Что выберет ребёнок?

Наша книга подойдёт и для тех ребят, которым нужно улучшить свои отношения с братьями, сёстрами или со взрослыми.

Книга учит чуткости и вниманию к себе и окружающим. А ведь именно это улучшает наши отношения с близкими людьми.

## Обращение к родителям

Чтобы получить пользу от этой книги, нужно читать её вместе с детьми (даже если они могут прочитать её сами).

Эта книга – тренинг, и читать её нужно активно, выполняя упражнения и размышляя, возможно даже споря с тем, что в ней написано. Если же её просто прочитать и поставить на полку, пользы от неё не будет.

Цель книги – познакомить детей с законами общения, преподнести им приёмы, которые помогут сближаться с людьми, помочь им взглянуть на себя и своих сверстников по-новому. Для детей 7–11 лет (а именно им адресована книга) это очень непростая задача. Им трудно понять, что происходит в душе, трудно осмыслить поведение окружающих. Чтобы помочь в этом, ответить на множество вопросов, и нужен взрослый, который будет сопровождать ребёнка.

Суть любого общения – во взаимодействии. И, стараясь научить ребёнка общаться с людьми, вы сами должны общаться с ним. Книга, лежащая перед вами, ответит на вопросы, которые касаются дружбы и общения. Но всё же главная её цель – создать возможность для диалога взрослого и ребёнка, которые эту книгу читают. Не думайте, что, дав ребёнку любую (даже самую замечательную!) книгу, вы сможете без личного участия научить его чему-то.

### **Как получить наибольшую пользу от книги:**

- читайте книгу вместе с ребёнком или несколькими детьми;
- проходите по одной главе в неделю – тогда будет возможность понаблюдать и попрактиковаться в том, что вы узнали;
- читайте книгу с детьми 7–11 лет.

Но вы можете прочитать её заранее, чтобы самим передать ребёнку ту информацию, которая им покажется полезной.

# Вступление

Ты наверняка знаешь, ЧТО С НЕКОТОРЫМИ ДЕТЬМИ НЕ ХОТЯТ ИГРАТЬ И ДРУЖИТЬ. И тогда вокруг ребёнка начинает нарастать отчуждение.

**Отчуждение – это когда человек становится всем чужими никто не хочет, чтобы он был рядом.**

Когда люди дружат, они согревают друг друга своим вниманием, теплом. А когда с ребёнком никто не хочет сближаться, ему становится одиноко.

## Может быть, с тобой такое бывало?

Известно, что чувство заброшенности может появиться, когда:

- тебя не приняли в игру;
- кто-то сказал, что не хочет стоять с тобой рядом;
- над тобой смеются;
- против тебя замышляют жестокие шутки.

## Знакомы ли тебе такие ситуации?

Здесь ты можешь написать, в каких случаях ты сам чувствуешь себя чужим среди своих сверстников.

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Люди, создавшие эту книгу, хотят протянуть тебе руку помощи. И рассказать о том,



## **КАК НАУЧИТЬСЯ ДРУЖИТЬ.**

В книге ты найдёшь правдивые истории о детях, которые преодолели трудности и научились дружить.

## **Глава 1**

### **Олег, 9 лет. Мальчик, который считал себя самым лучшим**



Вот портрет Олега: послушный мальчик, его любят учителя, им всегда довольны родители. Он много знает и очень сообразительный, даже в школу пошёл раньше ровесников!

До школы жизнь Олега была в полном порядке – скучать не приходилось. В детский сад мальчик не ходил, но зато посещал множество развивающих занятий: и спортивных, и творческих, и самых-самых разных. Правда, друзей у него не было, но это его совсем не

беспокоило. Иногда приезжал двоюродный брат, и мальчики вместе играли, для прогулок была няня, а с родителями можно было и почитать, и кино посмотреть.

Всё изменилось, когда Олег пошёл в школу. Оказалось, что одноклассники почему-то не спешат подружиться с ним. Олег пытался завоевать внимание ребят: показывал свои знания, был свехрассудительным, говорил сложными фразами. Но странно: когда он делал это в присутствии взрослых, они восхищённо хлопали, хвалили его, говорили, какой он умный. А здесь всё наоборот! Ребята на него смотрели и слушали равнодушно, а бывало, что и посмеивались, когда он «умничал» (вот так обидно они называли поведение мальчика). Он никак не мог понять, почему это происходит. Почему ребята его не принимают и не хотят с ним дружить?

Олег очень расстраивался. И наконец не выдержал – рассказал о своей беде родителям: ему так одиноко в школе, он не может ни с кем подружиться, на переменах всегда один, а в пару с ним дети встают только тогда, когда кроме него никого не осталось... Это было очень обидно. Почему же так происходит?

И вот семейный совет в составе мамы, папы и бабушки выслушал мальчика и единогласно решил, что его одноклассники просто до него «не доросли». Они меньше знают, поэтому не понимают его или, что вернее всего, завидуют ему, такому умному и развитому мальчику. Взрослые посоветовали Олегу не стремиться понравиться одноклассникам, а гордиться тем, что он такой особенный. «Ты умнее и выше их», – такой ответ получил он от старших.

## **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.