

## Тема номера: «Научиться дружить. Можно?»

**«Он совсем не контактный», «С ним никто не хочет общаться. Да он и сам предпочитает сидеть в стороне с телефоном», «Я ему говорю, иди поиграй с друзьями. А он отвечает, что ему с ними скучно»... Многие родители боятся, что их ребенок может оказаться в такой ситуации. В эпоху технологий, когда общение на большую часть стало электронным, а активные совместные занятия детей сменяют он-лайн игры и приложения, как никогда важно научить ребенка навыкам выстраивания отношений со сверстниками. Но можно ли научить ребенка дружить?**

**Страх неудачи.** Не все дети легко справляются с отказом. Некоторые дети застенчивы и не охотно идут на контакт. Помогите своему ребенку понять, что отказ – нормален, что порой каждый человек с ним сталкивается. Не стоит огорчаться, следует попробовать заговорить с кем-то другим. Возможно, именно следующий партнер по игре окажется более дружелюбным и интересным.

**Особенности личности.** Установлено, что дети со сложным темпераментом – гиперактивные, импульсивные, не очень внимательные – испытывают особые затруднения в формировании и сохранении дружеских отношений. Плохой контроль над собственными импульсами приводит к агрессивным реакциям, неспособности решать межличностные проблемы, недостатку эмпатии и неумению вычислить возможные последствия своих действий. Такие дети к тому же значительно отстают в развитии игровых навыков, они не умеют ждать своей очереди, принимать предложения окружающих, предлагать свои идеи и сотрудни-

чать с другими в игре. Родители могут помочь ребенку, тренируя навыки контроля в домашних занятиях, совместных играх и общении.

Тревожные и сверхчувствительные дети так же сталкиваются с трудностями в налаживании контактов. Ощущение неуверенности в своих словах и действиях может привести ребенка к изоляции от сверстников. Если робость ребенка связана с этим, можно помочь ребенку налаживать общение постепенно, ориентируясь не на большие группы детей, вызывающие большую тревожность, а на завязывание дружбы с отдельными детьми. Преодолев знакомство и получив поддержку друга ребенку будет проще адаптироваться к более многочисленной группе.

**Конфликты.** Любое общение не может обойти стороной возникновение конфликтов, будь это ссора из-за игрушки в песочнице либо раздор между школьными товарищами. Прежде всего родителю стоит обучить ребенка спокойно относиться к возникновению конфликта и стараться контролировать свои эмоции на его протяжении. Защищать свои интересы важно. Но еще важнее научиться разрешать конфликт мирно и максимально выигрышно для обеих сторон. В данном случае наибольшее влияние может оказать личный пример разрешения конфликтов в семье. Если в семье споры решаются на повышенных тонах, ребенок перенесет этот опыт в свое повседневное общение со сверстниками. Тогда как конструктивное разрешение споров, возможность выслушать мнение каждого оппонента и поиск оптимального решения станет для него незаменимым опытом.

*В мире нет ничего лучше и приятнее дружбы;  
исключить из жизни дружбу — все равно что  
лишить мир солнечного света.*

*Цицерон*

**Принятие недостатков.** Любая дружба строится на взаимности. Часто дети, начиная знакомство, воспринимают друга по игре как наделенного достоинствами и идеализируют его. Но в процессе общения могут возникнуть трудности взаимопонимания или открыться стороны личности, которые ребенок сочтет негативными. Способ справиться с разочарованием ребенок выбирает сам и во многом это так же связано с опытом его общения в семье. Открытая критика, отказ от общения, вступление в конфликт или игнорирование недостатков собеседника – стратегии поведения ребенка могут разрушить сложившуюся дружбу. Объясните ребенку, что принятие недостатков других людей лежит в основе построения любых крепких взаимоотношений между людьми. Особенности, которые могут казаться ему негативными, в иной ситуации могут стать полезными или позитивными качествами.

**Уважение к выбору ребенка.** Порой выбор детей оценивается родителями критически. «Не дружи с этим мальчиком» или «Это твоя подружка научила тебя так разговаривать?!», – ребенком подобные фразы могут восприниматься очень болезненно. Данными высказываниями вы осуждаете его выбор, его оценку ситуации. Позвольте ребенку приобретать опыт, даже если уверены в том, что он неприятный. Задача родителя не оградить ребенка от негативного влияния окружающего мира, а научить его делать собственный позитивный выбор. Если вы опасаетесь, что дружба ребенка со сверстником развивается в негативном ключе, обсудите, что ему в ней нравится, почему он считает свой выбор правильным. Возможно, скрытые стороны этих взаимоотношений помогут вам лучше понять потребности вашего ребенка. Придумайте вместе, как компенсировать негативные моменты, которые важны для вас. Дружба должна нести развивающее значение для ее участников.

**Время дружить.** Ребенок посещает множество дополнительных занятий: музыка, английский, математика. Его успешность напрямую зависит от школьной результативности. Но есть ли у него время на дружбу? Мимолетные приятели на секции, товарищи по учебе и дети друзей родителей на совместных праздниках – достаточно ли этого вашему ребенку? Дружба требует времени и труда. Обсудите с ребенком, есть ли у него близкий друг, которому можно довериться в трудной ситуации, окажет ли он поддержку, когда потребуется.

Ребенок, имеющий близкого друга более социально защищен, он легче справляется со стрессом и более уверен в себе. Если ребенок уверен, что нет необходимости в поддержке дружбы, стоит проанализировать причины данной установки. Страх отказа, проблемы поддержания долгих взаимоотношений, отсутствие общих интересов или копирование семейного закрытого стиля поведения – каждый отдельный случай требует беседы с ребенком и поиска возможных решений.

Можно ли научить ребенка дружить? Навыки дружбы начинают формироваться с раннего детства и их основы закладываются родителями. Личный пример родителя – главный инструмент воспитания здоровой активной и социализированной личности. Будьте для ребенка другом, и он сможет перенаправить этот опыт на свое ближайшее окружение.

