

# Учим ребенка общаться

Родителям хочется видеть своего ребёнка счастливым, улыбающимся, умеющими общаться с окружающими людьми. Но не всегда ребёнку самому удается разобраться в сложном мире взаимоотношений со сверстниками и взрослыми. Задача взрослых – помочь ему в этом.

## **Способность к общению включает в себя:**

1. Желание вступать в контакт с окружающими («Я хочу!»).
2. Умение организовать общение («Я умею!»), включающее умение слушать собеседника, умение эмоционально сопереживать, умение решать конфликтные ситуации.
3. Знание норм и правил, которым необходимо следовать при общении с окружающими («Я знаю!»).

Чтобы ребёнок уверенно чувствовал себя во время общения с другими детьми, вел себя спокойно и с достоинством, помогите ребёнку усвоить следующие **правила, необходимые ему для общения со сверстниками:**

- Играть дружно.
- Не обижать других, не приставать со своими просьбами, не выпрашивать ничего.
- Не отнимать чужого, но и своё не отдавать без вежливой просьбы.
- Если зовут играть — идти, не зовут — попросить разрешения принять в игру.
- Уметь хранить доверенные секреты.
- Чаще говорить: давай вместе играть, давай дружить.
- Уважать желания и чувства тех, с кем играешь или общаешься.



Ребёнок общается с окружающими так, как общаются с ним его родители, он повторяет жесты, мимику, интонации и отношение к людям. Если отношения в семье доверительные, открытые, ребёнок впитывает культуру общения из повседневной жизни.

**Учиться общаться** ребёнок может не только в кругу сверстников, но и дома, играя с кем-нибудь из взрослых, которые помогут разобраться в сложной ситуации.

**Предложите ребёнку следующие ситуации и обсудите с ним каждый из его ответов:**

-«Твой друг, пробегая мимо, нарочно толкнул тебя, но споткнулся сам и упал. Ему очень больно, он плачет. Что ты сделаешь?».

-«Друг без разрешения взял твою игрушку. Что ты сделаешь?».

-«Один мальчик (девочка) постоянно дразнит тебя и смеется над тобой. Как ты поступишь?».

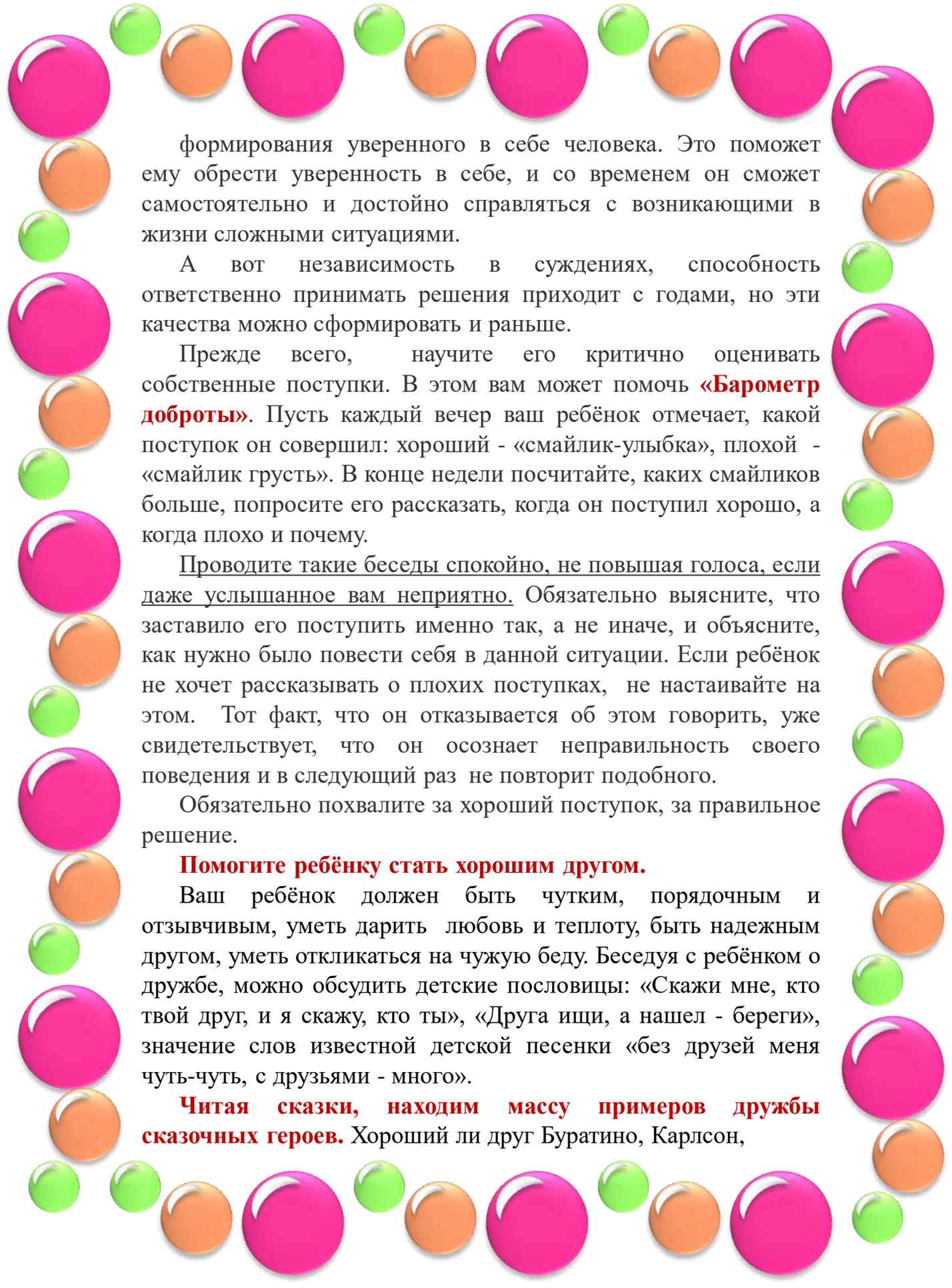
-«Приятель нарочно толкнул тебя, причинив боль. Что ты будешь делать?».

-«Друг или подруга доверили тебе тайну, а тебе очень хочется рассказать об этом маме, папе или еще кому-нибудь. Как ты поступишь?».

-«К тебе в гости пришел друг. Вы с ним тихонечко играете в твоей комнате, тут приходит папа и приносит твое любимое мороженое. Как ты поступишь?».

Ситуации для обсуждения могут быть самыми разными. Их необязательно придумывать, часто их подсказывает сама жизнь. Проанализируйте случаи, которые произошли с вашим ребёнком. Спросите у него, как при этом вёл себя он и как вели себя другие дети; обсудите, кто поступил правильно, а кто нет и как ещё можно было поступить. Задавая ребёнку вопросы, старайтесь незаметно подвести его к правильному решению проблемы, чтобы при этом он поверил что:

-принял это решение самостоятельно, ведь это так важно для



формирования уверенного в себе человека. Это поможет ему обрести уверенность в себе, и со временем он сможет самостоятельно и достойно справляться с возникающими в жизни сложными ситуациями.

А вот независимость в суждениях, способность ответственно принимать решения приходит с годами, но эти качества можно сформировать и раньше.

Прежде всего, научите его критично оценивать собственные поступки. В этом вам может помочь **«Барометр доброты»**. Пусть каждый вечер ваш ребёнок отмечает, какой поступок он совершил: хороший - «смайлик-улыбка», плохой - «смайлик грусть». В конце недели посчитайте, каких смайликов больше, попросите его рассказать, когда он поступил хорошо, а когда плохо и почему.

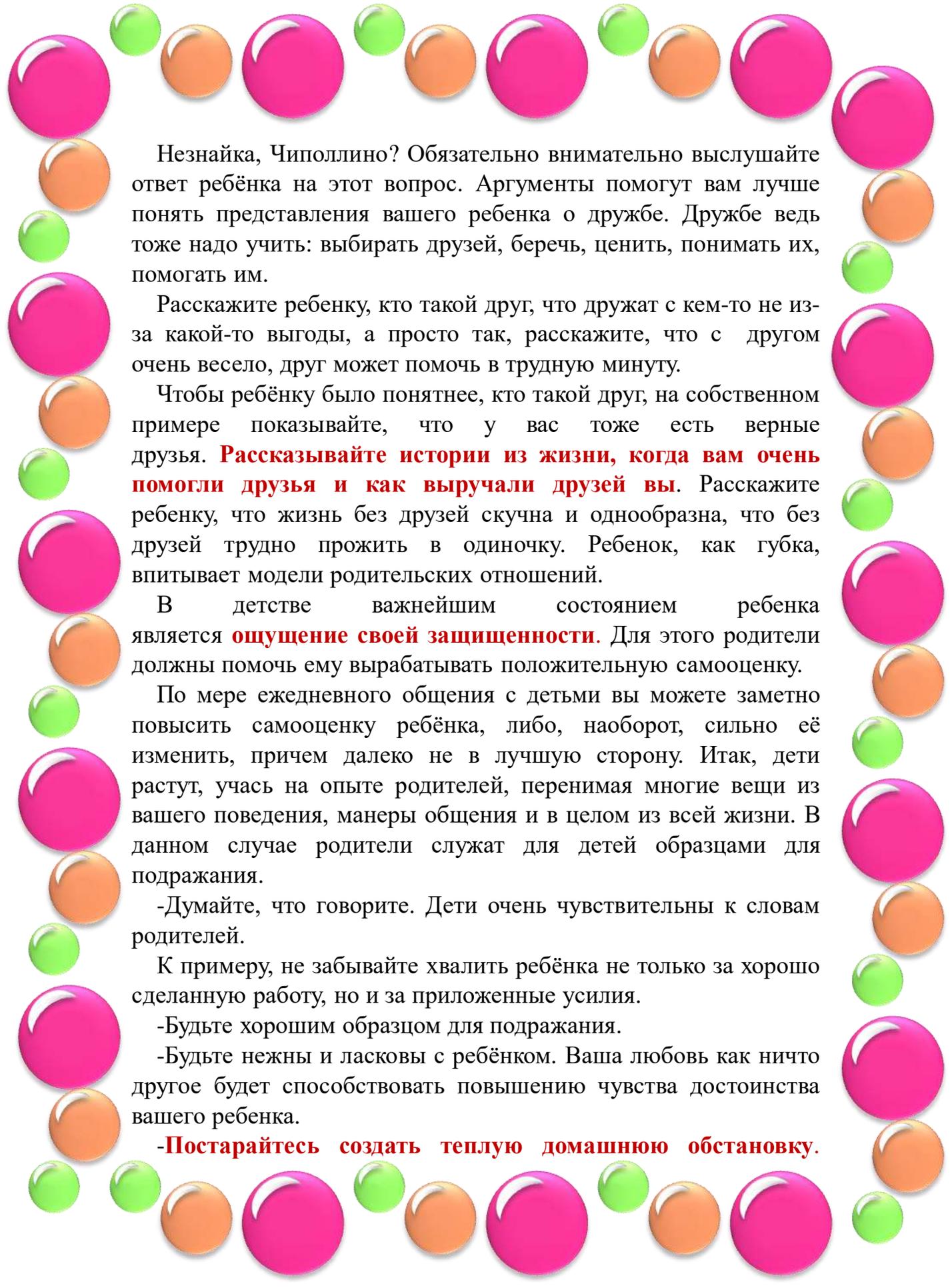
Проводите такие беседы спокойно, не повышая голоса, если даже услышанное вам неприятно. Обязательно выясните, что заставило его поступить именно так, а не иначе, и объясните, как нужно было повести себя в данной ситуации. Если ребёнок не хочет рассказывать о плохих поступках, не настаивайте на этом. Тот факт, что он отказывается об этом говорить, уже свидетельствует, что он осознает неправильность своего поведения и в следующий раз не повторит подобного.

Обязательно похвалите за хороший поступок, за правильное решение.

### **Помогите ребёнку стать хорошим другом.**

Ваш ребёнок должен быть чутким, порядочным и отзывчивым, уметь дарить любовь и теплоту, быть надёжным другом, уметь откликаться на чужую беду. Беседуя с ребёнком о дружбе, можно обсудить детские пословицы: «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты», «Друга ищи, а нашел - береги», значение слов известной детской песенки «без друзей меня чуть-чуть, с друзьями - много».

**Читая сказки, находим массу примеров дружбы сказочных героев.** Хороший ли друг Буратино, Карлсон,



Незнайка, Чиполлино? Обязательно внимательно выслушайте ответ ребёнка на этот вопрос. Аргументы помогут вам лучше понять представления вашего ребенка о дружбе. Дружбе ведь тоже надо учить: выбирать друзей, беречь, ценить, понимать их, помогать им.

Расскажите ребенку, кто такой друг, что дружат с кем-то не из-за какой-то выгоды, а просто так, расскажите, что с другом очень весело, друг может помочь в трудную минуту.

Чтобы ребёнку было понятнее, кто такой друг, на собственном примере показывайте, что у вас тоже есть верные друзья. **Рассказывайте истории из жизни, когда вам очень помогли друзья и как выручали друзей вы.** Расскажите ребенку, что жизнь без друзей скучна и однообразна, что без друзей трудно прожить в одиночку. Ребенок, как губка, впитывает модели родительских отношений.

В детстве важнейшим состоянием ребенка является **ощущение своей защищенности.** Для этого родители должны помочь ему вырабатывать положительную самооценку.

По мере ежедневного общения с детьми вы можете заметно повысить самооценку ребёнка, либо, наоборот, сильно её изменить, причем далеко не в лучшую сторону. Итак, дети растут, учась на опыте родителей, перенимая многие вещи из вашего поведения, манеры общения и в целом из всей жизни. В данном случае родители служат для детей образцами для подражания.

-Думайте, что говорите. Дети очень чувствительны к словам родителей.

К примеру, не забывайте хвалить ребёнка не только за хорошо сделанную работу, но и за приложенные усилия.

-Будьте хорошим образцом для подражания.

-Будьте нежны и ласковы с ребёнком. Ваша любовь как ничто другое будет способствовать повышению чувства достоинства вашего ребенка.

**-Постарайтесь создать теплую домашнюю обстановку.**

Ребёнок, который будучи в собственном доме не чувствует себя в безопасности или терпит постоянные замечания и оскорбления, рискует больше других сверстников получить низкую самооценку и чувство неполноценности. Ребёнок, чьи родители не перестают спорить и ругаться, больше подвержен стрессам, нервным срывам. Помните: вы должны уважать своего ребенка.

-Делайте свой дом своеобразным островком безопасности и счастья.

Попробуйте проследить за тем, какие именно проблемы возникают у вашего ребёнка при общении со сверстниками, понаблюдайте за другими факторами, которые могут отрицательно сказаться на самооценке вашего ребёнка. Затем сделайте так, чтобы **в доме ребенок чувствовал вашу поддержку и понимание. Обсуждайте проблемы и ищите вместе выходы их них.**

