



Ю Л И Я В А С И Л Ь К И Н А

**Что
делать?**



**ЕСЛИ РЕБЕНКУ
ТРУДНО ОБЩАТЬСЯ
СО СВЕРСТНИКАМИ**



ЭКСМО
Москва
2013

УДК 372.3/.4
ББК 74.1
В 19

Василькина Ю.

В 19 Что делать, если ребенку трудно общаться со сверстниками / Юлия Василькина. — М. : Эксмо, 2013. — 160 с.

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.

УДК 372.3/.4
ББК 74.1

© Василькина Ю., текст, 2013
© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2013

ISBN 978-5-699-67916-4

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	9
Наука общения с правом на ошибку	10
Часть первая	
ОБ ОБЩЕНИИ, «НЕУМЕХАХ» И НЕ ТОЛЬКО	14
Что такое «общение»?	14
Шесть главных помощников в общении	20
Внимание: помехи на линии!	22
Самооценка со знаком «слишком»	27
Про очевидные неочевидности	30
Если не помочь... ..	32

Часть вторая

КАК ОНИ ОБЩАЮТСЯ	35
------------------------	----

Младенцы	37
----------------	----

Они тоже общаются!	37
--------------------------	----

МИНИ-ТЕСТ:

Общительный малыш	40
-------------------------	----

Чтобы он стал общительным!	41
----------------------------------	----

От 1 до 3: Он растет!	44
-----------------------------	----

Особенности, но еще не трудности	44
--	----

МИНИ-ТЕСТ: Потенциал общения	47
------------------------------------	----

Научить и подбодрить	49
----------------------------	----

От 3 до 7: Развиваем навыки общения!	53
--	----

Чем они особенны	53
------------------------	----

МИНИ-ТЕСТ: Есть ли у вашего

дошкольника проблемы в общении	63
--------------------------------------	----

Учим и... учимся вместе с ним!	65
--------------------------------------	----

От 7 до 12: Школа общения	73
---------------------------------	----

Расцвет дружбы	73
----------------------	----

МИНИ-ТЕСТ:

Школьник с проблемами и без 81

Родители помогут!

Несколько рекомендаций 82

Эти сложные подростки 87

Как они общаются 87

МИНИ-ТЕСТ:

«Нормальные» подростки 95

Что могут родители? 97

«Болезни» роста 102

Часть третья

ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕНИЯ 104

История первая: Злой Артем 105

Агрессивность: что это 105

МИНИ-ТЕСТ: Он — агрессор? 109

«Мирный атом» 111

История вторая: Обидчивый Вадим 115

Немного об обидчивости 116

МИНИ-ТЕСТ:

Обидчивость — уже проблема? 120

Полезный репертуар 122

История третья: Застенчивая Оля 130

Лики застенчивости 131

МИНИ-ТЕСТ:

Степень застенчивости 134

Поможем раскрепоститься! 136

История четвертая: Макар-высочка 139

Что такое демонстративность 140

МИНИ-ТЕСТ:

Ребенок-артист 144

*Потребность во внимании —
в мирное русло!* 146

Заключение

ОТ ПОДМАСТЕРЬЯ К МАСТЕРУ 157

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, кото-

рые 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 про-

блем 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 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.