

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ У РЕБЕНКА ПРОБЛЕМЫ В ОБЩЕНИИ, КАК НАУЧИТЬ ЕГО РЕШАТЬ КОНФЛИКТНЫЕ СИТУАЦИИ?

Почему у ребенка возникают проблемы с общением?

Старшее поколение часто винит в этом гаджеты. На самом деле дети чаще всего используют смартфоны и планшеты как раз для общения: обсуждают видео в ТикТоке, делятся контентом, дискутируют в соцсетях. И всё же бывают случаи, когда ребёнок предпочитает виртуальное общение потому, что в реальности ему трудно найти друзей. Происходить это может по разным причинам:

1. Застенчивость.

Излишняя робость и нерешительность не позволяют ребёнку подойти и заговорить с другими детьми, поучаствовать в игре или ответить у доски.

Решение: чтобы свободно сходить с людьми, нужно преодолеть стеснительность. Для этого у ребёнка не должно быть проблем с самооценкой. Избежать их можно, если относиться к ребёнку внимательно, давать больше самостоятельности, регулярно замечать его успехи, а критиковать только по делу и конструктивно.

Поощряйте стремление ребёнка к общению, хвалите за смелость. И никогда не осуждайте его личные качества, только сам поступок. Одну и ту же информацию можно подать по-разному. Сравните: «Ты не сказал "спасибо", какой невоспитанный, мне за тебя стыдно!» или «А почему ты “спасибо” не сказал? Застеснялся? Не надо стесняться, а то можно подумать, будто ты плохо воспитан. Но это ведь не так, правда?». Второй вариант не навредит самооценке ребёнка.

2. Отношение в семье.

«Молчи, когда взрослые разговаривают!» — ребёнок, который постоянно слышит такое, никогда не научится общаться.

Решение: Разговаривайте с ребёнком на разные темы, интересуйтесь его мнением, просите рассказать об увиденном на прогулке или в кино. Ребёнку, с которым много общаются дома, будет проще разговаривать со сверстниками. А если его участие в каком-то разговоре нежелательно, объясните это мягко: «Мы обязательно всё обсудим с тобой после, но сейчас нам нужно поговорить отдельно».

Если вы поддерживаете добрые отношения с окружающими, приглашаете в гости друзей, заботливы и внимательны к близким — у вашего ребёнка сложатся правильные представления о том, как общаться с другими людьми. Прекрасные примеры дружбы можно найти в литературе и кино. Обсуждайте отношения героев и их поступки — правильно ли они поступают в тот или иной момент, и что бы сделал ребёнок на их месте.

3. Отсутствие навыков общения.

Другие дети сторонятся ребёнка, который не умеет вести себя в обществе: дерётся, отбирает вещи, кричит и не слушает других.

Решение: Такое поведение — повод задуматься, не копирует ли он кто-то из близких или из телевизора. В любом случае необходимо научить ребёнка общаться со сверстниками. Расскажите о правилах, которые надо соблюдать, чтобы другие дети хотели дружить с ним:

- не обижай других;
- ничего не бери без разрешения и не выпрашивай;
- если хочешь присоединиться к игре — попросись, но если отказали — не навязывайся;
- делись тем, что тебе нравится;
- если тебе доверили секрет — храни его;
- не ставь себя выше других;
- учитывай чужие интересы;
- если друг попал в беду — помоги чем можешь;

- если друг затеял плохое — останови его;
- если сам поступил плохо — признайся и больше так не делай;
- принимай помощь и советы от других ребят.

Эмпатия поможет ребёнку понять, что чувствуют другие, а эмоциональный интеллект позволит разобраться в собственных чувствах. Помогите ребёнку развить эти качества — они незаменимы для цивилизованного общения.

4. Неудачный опыт.

Ребёнок попытался завязать новые знакомства, но столкнулся с грубостью или сам по неосторожности повёл себя нехорошо. Теперь он обижен, зол и отказывается общаться с другими детьми.

Решение: Подобные проблемы ребёнок должен научиться решать сам, но на первых порах ему понадобится помощь. Подробно обсудите произошедшее. Пусть он поймёт, что обида и гнев не помогут исправить положение.

Объясните, кто, где и почему был неправ, и как избежать повторения ситуации.

Позволять ребёнку учиться на своих ошибках — не значит оставлять наедине с проблемой.

5. Неумение постоять за себя.

Часто детей воспитывают с мыслью, что нужно быть послушным и добрым со всеми. Бывают ситуации, когда это может обернуться против ребёнка. Например, он не может противостоять агрессии других детей и ведётся на их подначки. В результате ребёнок разочаровывается в общении и предпочитает одиночество.

Решение: Ребёнок должен быть готов к тому, что не все дети будут относиться к нему хорошо. Оградить сына или дочь от всех неприятностей не получится, но можно научить правильно на них реагировать.

Научите ребёнка говорить «нет» в ситуациях, когда нарушают его границы или предлагают поучаствовать в сомнительных делах. Объясните, что на обзывательства лучше реагировать с юмором — это часто обескураживает обидчиков. И никогда не лезть в драку первым, но защищаться, если другого выхода нет.

6. Отсутствие круга общения. Никто из одноклассников не разделяет интересов ребёнка, или ему самому неинтересно общаться с ними.

Решение: Помогите ребёнку найти друзей в другом месте. Посещайте центры детского развития, театральные студии, секции и кружки — ребёнок лучше сойдётся с детьми, которые любят то же, что и он. Держите дома игры, в которые можно играть компанией и приглашайте в гости детей, знакомьтесь с их родителями. Главное — подбирайте круг общения ненавязчиво. Если ребёнку не хочется общаться с каким-нибудь мальчиком или девочкой — он имеет на это право.

7. Интроверсия. У ребёнка интровертивный тип личности: в шумных компаниях ему тревожно и некомфортно.

Решение: Интроверсия — это не проблема. Людям с таким характером приятно быть наедине с собой, они привыкли полагаться на себя и не нуждаются в постоянном общении. Если ваш ребёнок интроверт, не стоит заставлять его общаться с другими детьми — таким образом вы можете травмировать его психику.

1. Объясните ребёнку, что конфликт является частью жизни человека и нет людей, которые никогда не конфликтовали. Его нельзя оставлять не решённым. В основе предотвращения конфликта находится уважение к другому, способность анализировать свои поступки и поступки окружающих людей, умение регулировать свои эмоции во взаимодействии с окружающими, а также представлять возможные последствия своего поведения. Иногда конфликт позволяет осознать свои истинные намерения, интересы и лучше понять своего оппонента.

2. Внимательно выслушайте переживания ребенка. Не перебивайте, помогайте вопросами составить полный рассказ о случившемся. Конфликт может сопровождаться или возникать на почве негативных эмоций (злость, обида), но его разрешение приносит удовлетворение, потому что позволяет лучше понять друг друга и найти решение, устраивающее обе стороны конфликта.

3. Обсуждайте с ребенком сложные для него конфликтные ситуации и помогайте анализировать причины возникновения споров и недопонимания со сверстниками. Важно разобрать, как можно было бы поступить по-другому, спрогнозировать разные варианты поведения в сложившейся ситуации и обсудить последствия.

4. Учите ребенка искать выход из сложившейся ситуации, учитывая интересы всех сторон. Не стоит вспоминать прежние разногласия. Решать нужно актуальную ситуацию, а не все одним разом. Демонстрируйте это в своих конфликтах с ребенком, тогда он выработает навык поведения конфликтной ситуации.

5. В случае, если ребенка охватывают сильные чувства, расскажите ему о пользе озвучивания их («Я сержусь, когда ты обзываешься...» и т.д.).

6. Важно предупредить ребенка, что применение физической силы и использование оскорблений усугубит конфликт. С гневом нужно учиться справляться при помощи специальных упражнений.

7. Напомните ребенку о важности извинений, если он неправ. Признание части ответственности за создавшуюся ситуацию важно для ее разрешения. Если в конфликте или споре с вами, не правы вы найдите силы принести извинения. Так ребенок поймет, что извиняться – проявление не слабости, а силы.

Ваш ребенок должен сам решить свой конфликт, ответственность за решение лежит на нем. Не пытайтесь действовать за ребенка.

В школьном коллективе чаще отношения строятся на взаимовыручке и товарищеском духе, даже ребенок-интроверт без проблем впишется в большую группу самых разных детей. Но современные дети нередко правят силой, а отношения в группе регулируются правилом «сильный побеждает слабого».

Если ваш ребенок учится в классе, который подходит под второе описание, то существует несколько причин, почему сверстники могут отказываться дружить, игнорировать или, наоборот, травить вашего сына или дочь.

Чрезмерная или недостаточная эмоциональная реакция на поступки других детей. Под этим термином понимается поведение ребенка, когда в ситуациях, где следовало бы уверенно дать отпор, он, напротив, будет терпеть и пытаться игнорировать происходящее с ним. А в случаях, когда просто подшутили над ним не со зла, он отчаянно будет лезть в драку и осыпать оппонента оскорблениями.

Неумение здраво реагировать на критику. Если ребенок бросает какое-либо занятие не потому, что у него что-то не получается, а из-за реакции окружающих, то подобное поведение автоматически ставит вашего ребенка в зависимость от мнения других детей.

Физические недостатки. Различные шрамы на лице, косоглазие, хромота и прочее заметно влияют на обращение сверстников к ребенку. К сожалению, существуют такие физические отклонения, которые невозможно исправить: детский церебральный паралич или синдром Дауна. Дети, не понимая серьезности этих болезней, скорее начнут насмехаться над ребенком, чем как-то ему помочь.

Внешний вид. Мы не будем говорить о росте или биологических особенностях организма ребенка. Однако неряшливость, грязная одежда, лишний вес – это все исправимо. От внешнего вида зависит не только отношение одноклассников к вашему ребенку, но и популярность ребенка у противоположного пола.

Помогите ребенку самостоятельно или прибегнув к помощи специалистам, нивелировать приведенные причины и риск частых его конфликтов заметно снизится.

Какую родителю занять позицию в случае конфликта ребенка с другими детьми.

Редко какому ребенку удастся на протяжении своей детской жизни избежать конфликтов со сверстниками. Это могут быть конфликты на детской площадке или в детском саду, для более старших детей это будут конфликты во дворе или в школе. Так как родители в свое время тоже были детьми и оказывались в малоприятных конфликтных ситуациях, то у них часто возникает желание уберечь ребенка от конфликтов или разобраться с обидчиком и наказать виноватых.

Как правило, мы учим своих детей тем правилам и способам поведения, которые усвоили сами. Однако чаще всего нами как родителями движут наши собственные чувства, и мы, прежде всего, мешаем ребенку разобраться с тем, что произошло, и не даем способов поведения в конфликте. Приведем несколько возможных стратегий родительского реагирования на конфликты ребенка со сверстниками, которыми можно воспользоваться в той или иной ситуации.

Невмешательство. Один из вариантов поведения родителей — это невмешательство в ситуацию, игнорирование происходящего. У каждого родителя есть свое объяснение, почему они считают, что вмешиваться в детский конфликт не стоит. Иногда это связано с тем, что взрослый не видит причин для беспокойства, ситуация кажется обыденной, и взрослый считает, что она может быть даже полезной для ребенка и, возможно, сможет чему-то научить его.

Действительно, есть ряд конфликтных ситуаций, с которыми ребенок успешно справляется без вмешательства взрослого, особенно если ранее взрослый показал (а ребенок смог усвоить), как себя вести в подобной ситуации. Однако здесь важно обратить внимание на чувства ребенка: если ребенок страдает и самостоятельно выйти из конфликта не может, то ваша помощь необходима.

Избегание. Если родитель для себя выбрал позицию избегания конфликтов, то и своему ребенку он будет предлагать ту же модель, то есть выбор тех мест, где конфликты не случаются. Однако подобное поведение рождает в ребенке еще больше тревоги и непонимания, как же все-таки вести себя, когда кто-то посягает на твои интересы.

Дело в том, что на протяжении своей жизни ребенок, будущий взрослый, обязательно встретится с той или иной конфликтной ситуацией. И, к сожалению, без малейшего опыта ребенок остается полностью обезоруженным и часто не может совершить элементарных действий для защиты себя.

Конфронтация. Если внутри нас живет много чувств обиды, жертвенности, несправедливости, то мы особенно рьяно начинаем защищать своего ребенка, не замечая, как превращаемся в тирана для чужого ребенка или родителя. В этом состоянии мы используем обвинения, нотации, возможен даже крик, истеричные высказывания, грубость.

Однако такое поведение может только напугать нашего ребенка, как пугает сильный аффект, любые сильные эмоции, которые ребенок не понимает. Если вы склонны к такому бурному разрешению конфликтов, старайтесь объяснять малышу свое поведение спустя какое-то время, когда успокоитесь. Вообще, любой разговор с ребенком и обсуждение конфликта с прояснением чувств ребенка и его отношения к ситуации бывает очень полезен. Вы можете также рассказать о своих чувствах, о том, что вы очень разозлились и не могли сдержать свой гнев.

Родительская власть и помощь. Основная причина конфликта — это нарушение границ личности. То есть кто-то либо нанес вам телесное повреждение (ударил, толкнул,

укусил и т.д.), либо посягнул на вашу собственность (что-то отобрали или не дали положенного), либо оказали психологическое давление (обозвали, накричали, сказали что-то неприятное). В таком случае у родителя всегда есть власть восстановить границы и помочь защитить их, не нарушая границ другого. Основная задача родителя — дать ребенку ощущение ценности себя, уверенности в себе и научить способам поведения в конфликте.

Вечная жертва или маленький тиран. Если вы замечаете, что ваш ребенок часто становится либо жертвой конфликта, либо тираном (то есть тем, кто обижает других детей), отнеситесь к этому внимательно. Вероятно, ребенок часто чувствует себя обиженным и незащищенным дома. Понять, с чем это связано, и помочь ребенку можно на консультации у психолога.

Невозможно родителю придерживаться какой-то одной позиции в конфликтных ситуациях ребенка. Специфика каждого случая будет требовать от Вас определенного способа поведения, с выбором которого Вам необходимо определиться, чтобы достичь конструктивного разрешения конфликтной ситуации.

Как помочь ребенку исправить ситуацию, связанную с возникающими конфликтами. Для начала следует прояснить для себя следующее: вы не должны самостоятельно пытаться решить проблемы за него. Ему предстоит разбираться с его конфликтами и их последствиями самостоятельно. Вы же должны побеседовать с ним, обсудить волнующие его проблемы, проанализировать сложившуюся ситуацию.

Когда ребенок выразит желание принять вашу помощь, то начните задавать наводящие вопросы. Узнайте, какие чувства он испытывает во время конфликтов, спросите, что является причиной конфликтов по его мнению.

К примеру, если ребенок рассказал вам, что слышит постоянные насмешки в свою сторону из-за своей одежды, то следует обновить гардероб. Опять же, учитывайте, что у современных детей свое видение моды. Дайте ребенку возможность самому выбирать себе одежду, не говорите ребенку: «Мне не нравится твой выбор», «А давай эту возьмем» или «Посмотри, как красиво на тебе сидит».

Ребенок должен сам выбрать свой наряд в пределах ваших финансовых возможностей.

Но что, если издевки в адрес ребенка не прекратились, а только наоборот участились? Тогда поинтересуйтесь у ребенка, как бы поступил какой-нибудь конкретный одноклассник на его месте.

Дав ребенку пофантазировать на эту тему, вы можете составить возможные ответные реакции во время конфликтов с ровесниками.

Однако бывает ситуации, когда нельзя держать себя как Махатма Ганди с его философией ненасилия. Иногда на агрессию и издевательства следует отвечать агрессией и издевательствами. Родителям мальчика не следует говорить ему: «Игнорируй их, и они отстанут» или «Не обращай внимания, они просто завидуют». Если вашего ребенка толкнут или ударят, то не следует бояться и не давать сдачи, даже если обидчики старше или крупнее. Задиры, увидев один раз, что их жертва может постоять за себя, перестанут считать ее таковой.

Однако устранить причины конфликтных ситуаций с одноклассниками — это только половина дела. Ребенку следует проявить себя, заслужив, если не симпатию, то хотя бы уважение его окружения. Для этого следует проанализировать школьное окружение ребенка, хотя бы в двух словах узнать об интересах его одноклассников (речь идет не об асоциальных интересах). Например, большая часть одноклассников занимается каким-либо видом спорта, некоторые из них ходят в одну секцию.

Предложите ребенку тоже приобщиться к спорту, что в итоге поможет ему не только найти новых товарищей, но и найти общий язык с одноклассниками.

Не бойтесь финансовых затрат на различные секции или увлечения ребенка. Думая, раз ваше детство прошло без всяких навороченных гаджетов и дорогих коньков, то и ваш ребенок сможет так же, то вы делаете серьезную ошибку. У каждого поколения свои потребности, без удовлетворения которых тяжело влиться в общество.

Помните: ваш ребенок должен сам научиться постоять за себя, не стоит пытаться разобраться с его конфликтами с ровесниками самостоятельно. “Влезая не в свое дело”, вы только рискуете усугубить ситуацию, а вашего сына или дочку – выставить зависимым от мамочки ребеночком.