

## ПРОБЛЕМЫ В ОБЩЕНИИ



*«Человеческая сущность налицо только в общении, в единстве человека с человеком, в единстве, опирающемся лишь на реальность различия между Я и Ты»*

*Людвиг Фейербах*

Общение является жизненной необходимостью для человека, одной из основных его потребностей. Именно в общении человек реализовывает себя, выражает свою жизненную позицию, чувствует себя частью социума, делится своими внутренними переживаниями, самоопределяется и обнаруживает свои уникальные способности.

Встречались ли вам люди, которым тяжело общаться? Да у каждого второго возникают проблемы с общением! Именно они порождают большинство конфликтных ситуаций, ведут к зарождению вражды между людьми.

Психологи утверждают, что источники проблем в общении, в том числе и низкой коммуникативности, находятся в нашем детстве.

Человек учится общению с раннего возраста и овладевает различными его видами в зависимости от окружающей среды, от людей, с которыми взаимодействует. Это происходит стихийно, в процессе накопления им житейского опыта.

Общение в детстве выступает, во-первых, как средство решения семейных задач, во-вторых, как социальное обеспечение воспитательного процесса, в-третьих, как способ организации взаимоотношений родителей и детей, обеспечивающих успешность в воспитании и становлении личности. Через общение родители организуют поведение и деятельность детей, оценивают их поступки и работу, помогают преодолеть трудности, не потерять веру в свои возможности. Это требует огромной самоотдачи.

Чтобы грамотно выстроить взаимодействие с ребенком, понять и принять его суждения, **нужно хорошо знать не только его индивидуальные особенности, но и общие закономерности развития общения в детском возрасте.**

В чем заключаются проблемы общения детей со сверстниками и в семье? Какие ошибки делают родители при общении с детьми? Как помочь детям наладить связь с ровесниками? Ответить на эти и другие вопросы постараемся в данном выпуске методической рассылки.

## РОДИТЕЛИ И ДЕТИ: ОБЩЕНИЕ В СЕМЬЕ

Семья – это среда, где ребенок обучается всему важному, чем он будет пользоваться в дальнейшем. То, как часто и качественно родители с ним общаются, будет влиять на его становление и развитие.

Говоря об общих закономерностях построения конструктивного общения ребёнка и взрослого, следует отметить, что **основой для эффективного взаимодействия с детьми различного возраста являются эмоциональные отношения, которые строятся на привязанности ребёнка и ответных чувствах родителей.**

Наблюдая за своими родителями, дети учатся общаться, у них формируется представление о себе. Для родителей очень важно открыто и эффективно общаться с ребенком. **Открытая, позитивная коммуникация идет на пользу не только детям, но и каждому члену семьи.** А значит, отношения между родителями и их детьми значительно улучшаются. **Дети чувствуют, что их слышат и понимают, вследствие чего их самооценка повышается.** Дети вырастают более ответственными и исполнительными. Они понимают и знают, чего ожидать от своих родителей, что родители ожидают от них самих. Более уверенно чувствуют свою позицию в семье и, таким образом, лучше взаимодействуют с родителями.



С другой стороны, **отрицательное общение между родителями и детьми может заставить детей поверить в то, что они неважны, их не услышали или не поняли.** Возникает боязнь общения, стеснительность и неуверенность в себе, что порождает множество проблем при становлении личности.

Следует отметить, что на каждом этапе возрастного развития имеются специфические, типичные для данного возраста проблемы, с решением которых родители могут столкнуться. В раннем детстве происходит формирование личности посредством внешних влияний и событий. Так, если малыш рос в напряженной обстановке и часто слышал, как ругаются родители, а тем более когда сам попадал под горячую руку, возникновение коммуникативных трудностей неизбежно.

Далее, когда ребенок достигает самостоятельного возраста, родители часто навязывают ему свое мнение и амбиции. Их поведение отчасти оправдано желанием счастливой жизни для себя и ребенка, но достигается совершенно неприемлемыми средствами. Каждый нестандартный детский поступок родители воспринимают с агрессией и сопротивлением, а любая неудача превращается в их глазах в катастрофу мирового масштаба. Подобная реакция родителей, которые имеют серьезный авторитет в жизни ребенка, заставляет его замыкаться в себе.

Чем старше становятся дети, тем более независимы они от родителей и меньше остается у них необходимых для обсуждения с родителями поводов. В подростковом возрасте общение со взрослыми начинает складываться под влиянием возникающего чувства взрослости. Они болезненно реагируют на реальные или кажущиеся ущемления своих прав, пытаются ограничить претензии взрослых по отношению к себе. Несмотря на внешние противодействия, проявляемые по отношению к взрослому, подросток испытывает потребность в поддержке. В связи с легкой ранимостью подростка для взрослого очень важно найти формы налаживания и поддержания контактов. Подростку необходимо поделиться своими переживаниями, рассказать о событиях своей жизни, но самому ему трудно начать столь близкое общение. Большое значение в этот период имеют единые требования к подростку в семье. **Для освоения подростком новой системы отношений важна аргументация требований, исходящих от взрослого.** Простое навязывание требований, как правило, отвергается.

Многие родители совершают ошибки, общаясь с детьми. Но большинство родителей не хотят этого признать.

#### **Типичные ошибки при общении:**

- *Призывы, команды: «Сейчас же перестань!», «Убери!», «Чтобы больше я этого не слышала!», «Замолчи!».* Родители, таким образом, сообщают о том, что не желают вникнуть в проблемы ребенка, не хотят оказать ему помощь в проявлении его самостоятельности. Такие слова вызывают чувство бесправия, а то и «брошенности в беде». В ответ дети обычно сопротивляются, «бурчат», обижаются, упрямятся.

- *Предупреждения, предостережения, угрозы: «Если ты не прекратишь плакать, я уйду»; «Ещё раз это повторится, и я возьмусь за ремень!».* Чаще всего угрозы бессмысленны, так как не содержат информации о том, как можно исправить ситуацию.

- *Мораль, нравоучения, проповеди: «Ты обязан вести как подобает»; «Ты должен уважать взрослых».* Обычно дети из таких фраз не узнают ничего нового. Они лишь чувствуют давление внешнего авторитета, иногда вину, иногда скуку, а чаще всего всё вместе взятое.

- *Советы, готовые решения: «А ты возьми и скажи ...», «Я бы на твоём месте дал сдачи».* Дети не склонны прислушиваться к подобным советам, а иногда они открыто восстают. За негативными реакциями ребёнка стоит желание быть самостоятельным, принимать решение самому. Каждый раз, советуя что-то ребёнку, родители как бы сообщают ему, что он ещё мал и неопытен, а они умнее его, имеют большой опыт, знают всё наперёд.

- *Доказательства, логические доводы, нотации, «лекции».* В некоторых случаях мы говорим так: «Пора бы знать, что перед едой надо мыть руки»; «Без конца отвлекаешься, вот и делаешь ошибки»; «Сколь-

ко раз тебе говорила!». И здесь дети в лучшем случае перестают слушать взрослых.

- *Критика, выговоры, обвинения: «На что это похоже!»; «Всё из-за тебя»; «Зря я на тебя понадеялась».* Никакой воспитательной роли эти фразы не играют. Они вызывают у детей либо активную защиту: ответное нападение, отрицание, озлобление; либо уныние, подавленность, разочарование в себе и в своих отношениях с родителями.

- *Обзывание, высмеивание: «Плакса – вакса», «Какой же ты лентяй!».* Всё это лучшие способы оттолкнуть ребёнка и «помочь» ему разуввериться в себе. Как правило, в таких случаях дети обижаются и защищаются: «Ну и буду таким».

- *Догадки, интерпретация: «Я знаю, это всё из-за того, что ты...»; «Наверное, опять подрался».* За этим может последовать лишь защитная реакция, желание уйти от контакта.

- *Выспрашивание, расследование: «Нет, ты всё-таки скажи»; «Что же всё-таки случилось?»; «Я всё равно узнаю».* Удержаться в разговоре от вопросов трудно. И всё же лучше постараться вопросительные предложения заменить утвердительными. Например, вместо «Почему ты злишься?» лучше сказать: «Я чувствую, что ты злишься». Для переживающего ребёнка эта разница велика: вопрос звучит как холодное любопытство, а утвердительная фраза – как понимание, сочувствие и участие.

*Сочувствие на словах, уговоры, увещевания: «Успокойся», «Не обращай внимания!»; «Ничего страшного».* Ребенок слышит в этом пренебрежение к его заботам, отрицание или преуменьшение его переживаний.

**За многими трудностями взаимодействия с ребенком стоит привычка определенным образом представлять себе ребенка, оценивать его особенности, привычка общаться с ним в определенной манере.**

В первые годы жизни ребенка родители постоянно с ним что-то делают: кормят, одевают, купают, играют, разговаривают. С одной стороны, интенсивность общения очень значима для развития ребенка. С другой стороны, повторяемость одних и тех же действий приводит к автоматизации общения. Родители перестают видеть себя со стороны, меняться во взаимодействии с ребенком. А он в это время растет и меняется очень быстро. Ребенок живет сам по себе, родители – сами по себе. В какой-то момент накопившееся непонимание создает сложности в общении.

**Можно выделить несколько общих моментов, стоящих за разными трудностями во взаимодействии родителей с детьми. Во-первых, это представление о ребенке как о маленьком (в смысле его не совершенства) взрослом.** Родители, забыв свое детство, перестают ви-

деть в ребенке качественно другое существо: с другим телом, глазами, внутренним миром, фантазиями, желаниями, страхами. *Во-вторых, часто мешает представление о некоей норме, эталоне, выражающееся словами: «все дети», «другие дети», «в его возрасте надо...» и т.п.* Глядя на своего ребенка, родители расценивают его индивидуальные особенности как странные и неправильные. *Наконец, сложным для родителей является осознание того, как отражаются в ребенке их собственные черты, проблемы.*

### **Основные правила общения в семье**

Нужно стремиться искать пути понимания и построения добрых отношений.

Родители могут обеспечить их, становясь доступными для своих детей, особенно когда у них возникают какие-то вопросы или они просто хотят поговорить.

*Во время разговора с детьми родителям следует быть осторожными в том, что они говорят и как они это говорят.* Все, что родители говорят своим детям, указывает на то, что они чувствуют по отношению к своим детям.



*Родителям необходимо постараться устранить такие проявления, как крик, наказание и кажущееся безразличие.* Такое поведение мешает эффективному общению. Постоянно кричать на детей – это значит эмоционально их подавлять. Дети очень чувствительны и остро реагируют на психологическое давление. Постоянный крик развивает в них отрицательные механизмы защиты от родительской истерики: ребенок уходит в себя, становится замкнутым или принципиально непослушным. Более того, может начать принимать такое поведение, как само собой разумеющееся. Поэтому, вероятней всего, будет вести себя подобным образом с другими детьми. Многие родители общаются с детьми через наказание. Каждый родитель должен знать, что это самый разрушительный способ общения, вызывающий у детей вину, стыд, унижение. Возможно, родители добьются послушания, подчинения, но тем самым сделают из них инвалидов общения с потерянным чувством собственного достоинства.

*Не менее важно научиться общаться на уровне вашего ребенка.* Когда родители общаются со своими детьми, им важно спуститься до их детского уровня как словесно, так и физически. Вербально родителям нужно использовать соответствующий возрасту язык, который их дети смогут понять без труда. С детьми младшего возраста это можно сделать, используя простые слова. Физически родители не должны, например, возвышаться над своими детьми во время разговора. Вместо этого им следует опуститься вниз, чтобы стать примерно того же «роста», что и их дети: стать на колени, присесть на корточки, сесть на стул, со-

гнуться и т. д. Это обеспечит хороший зрительный контакт с ребенком, который легче будет поддерживать в течение беседы, причем, если дети смотрят прямо в лицо родителю (видят их взгляд), они будут меньше бояться их слов.

Внимательно слушать – это навык, которому необходимо учиться и практиковаться его использовать. Он является неотъемлемой частью эффективного общения. Когда родители слушают своих детей, они выражают свой интерес к ним, увлеченность их высказываниями.

Для эффективного общения необходимо «двустороннее движение». Не только родители должны быть доступными и внимательно слушать детей, но и у детей должна быть такая же возможность; а значит, родители всегда должны быть готовы поделиться своими мыслями и чувствами. Выражая свои мысли и чувства, они могут многому научить своих детей, например, ценностям и морали. Однако и здесь родителям необходимо быть осторожными, чтобы не проявить осуждение или высокомерие. Вполне логично, что чем больше родители открываются своим детям, тем больше их дети будут открыты для них.

Планируйте и регулярно проводите семейные встречи или выделяйте время для общения. Есть один очень полезный инструмент общения для семей со взрослыми детьми – это регулярно запланированное время для него. При этом можно использовать различные варианты. Прежде всего, это семейный совет. Семейный совет может созываться, например, раз в неделю и/или когда есть что-то, что семья должна обсудить вместе. Семьи могут использовать время для семейных встреч, чтобы наладить повседневную жизнь, например, распределить работу по дому или определить время отхода ко сну. Время семейного совета можно использовать также для того, чтобы высказать обиды, жалобы, недовольство и поговорить о существующих проблемах. Это время можно провести и за разговором о позитивных моментах, которые произошли в течение последней недели. Важно то, что каждому члену семьи дается время высказаться, чтобы его услышали другие члены семьи.

*Самая главная формула успеха — знание, как общаться с людьми.*

*Теодор Рузвельт*

**Помните: хорошие коммуникативные навыки способны принести пользу на всю жизнь.**

## **ОБЩЕНИЕ СО СВЕРСТНИКАМИ**

Общество сверстников – необходимое условие полноценного развития личности ребенка. Именно в нем он усваивает нормы общественного поведения, учится общаться с детьми, обращать внимание на эмоциональное состояние партнеров и проявлять к ним доброжелательность, отзывчивость и другие социальные чувства, формирует основные качества личности: самооценку, отношение к окружающим и миру. По

мере взросления маленького человека это общение все больше изменяется и обогащается. Совместное времяпровождение в детском саду, дружба в школе, дружеская привязанность в юности – все это общение, но какое оно разное!

### **Дошкольный возраст**

На протяжении раннего детства (до 3 лет) ребенок не испытывает потребности в общении с другими малышами. Приоритетным для него является общение со взрослыми (мамой, папой, дедушками и бабушками) и своими игрушками.

В дошкольном возрасте (от 3 до 6-7 лет) ребенок входит в совершенно новый мир – мир других детей, мир общения на равных. В этот период общение и отношения детей проходят достаточно сложный путь возрастного развития.

Для детей 2–4 лет характерно эмоционально практическое общение. Содержание общения со сверстниками выступает в виде стремления к соучастию в совместных практических занятиях (действия с игрушками, манипуляции, переодевание, убежание). В сверстнике ребенок воспринимает лишь внимание к себе, а самого ровесника (его действия, желания, настроения), как правило, не замечает. Дети часто действуют рядом, а не вместе.



После 4-х лет у детей, в особенности тех, кто посещает детский сад, сверстник по своей привлекательности начинает обгонять взрослого и занимать все большее место в их жизни. Этот возраст является периодом расцвета детской игры. В игре дошкольники заняты общим делом, они должны согласовывать свои действия и учитывать активность своего партнера для достижения общего результата.

В 4-5-летнем возрасте дети часто спрашивают у взрослых об успехах товарищей, демонстрируют свои преимущества, пытаются скрыть от сверстников свои промахи и неудачи.

Данный возраст является достаточно трудным для налаживания контактов и сравнения детей друг с другом. Это сравнение направлено не на обнаружение общности (как у трёхлеток), а на противопоставление себя и другого. Всё это порождает многочисленные конфликты детей и такие явления как хвастовство, демонстративность, конкурентность.

К 6-7 годам значительно возрастает способность к общению, никак не связанному с тем, что происходит здесь и сейчас, не связанному с играми и игрушками. Дети рассказывают друг другу о том, где они были и что видели, делятся своими планами или предпочтениями, дают оценки качествам и поступкам других. Дети могут достаточно продол-

жительное время разговаривать, не совершая при этом никаких практических действий.

К 6–7 годам значительно возрастает дружелюбность и эмоциональная вовлечённость в деятельность и переживания сверстника.

К концу дошкольного возраста возникают устойчивые избирательные привязанности между детьми, появляются первые ростки дружбы. Дошкольники «собираются» в небольшие группы (по 2-3 человека) и оказывают явное предпочтение своим друзьям. Споры и проблемы возникают в связи с тем «кто с кем дружит» или «водится». Дети ссорятся и мирятся очень легко и, как правило, быстро забывают обиды.

**Трудности в общении со сверстниками в дошкольном возрасте случаются почти у каждого ребёнка.** Вполне возможно, что они связаны с вливанием в новый коллектив (например, в детском саду) и, по прошествии времени, уйдут сами собой.

Однако не всегда коммуникативные проблемы у ребенка проходят бесследно. Среди основных причин, вызывающих у дошкольников трудности общения со сверстниками, выделяют следующие:

- *Личностные особенности ребенка: низкая самооценка, закомплексованность, замкнутость и др.;*

- *Копирование поведения родителей, конфликты в семье;*

- *Несправедливое отношение к ребенку со стороны взрослых;*

- *Слишком узкий круг общения, когда ребенок не посещает сад.*

В результате малыш движется обычно по одному из двух путей:

**1. решает проблемы с позиции силы, слишком агрессивно отстаивает свои интересы, выбирая себе хотя бы такое, но все же общение, которое, конечно же, не подходит остальным участникам.** Только понимая истинные причины агрессивного поведения, мы можем понять, как правильно реагировать на такие ситуации. Дети младшего возраста ещё не знают о существовании альтернативных решений, поэтому родители могут научить их возможным способам поведения. Задача родителей – показать на своем примере, как они стали бы разрешать аналогичные проблемные ситуации, научить ребенка различать ситуации, когда следует вступать в борьбу, а когда следует уступить.

**2. уход в себя, в свой внутренний мир может быть некой защитой от мира внешнего, который не удовлетворяет потребности ребенка.** Такому ребенку характерны неуверенность в себе, робость, застенчивость, тревожность, уход от негативных ситуаций, приносящих стресс. И здесь нужно внимательно наблюдать за ребенком, в какие моменты он уходит в себя, что может провоцировать, насколько часто он это делает и с какой длительностью. Искусство родителей состоит в корректной и мягкой помощи детям в таких ситуациях – помочь сделать первый шаг и познакомиться с другим ребенком, организовать интересную совместную игру, регулярно приглашать гостей и хвалить каждый



новый шаг, который смог преодолеть ребенок на пути к другому человеку.

Проблемы общения детей дошкольного возраста со сверстниками легко решаемы, если родители своевременно обнаружат их и окажут малышу поддержку.

Старайтесь не показывать свои негативные эмоции по отношению к другим детям.

Не вмешивайтесь в детские конфликты без крайней необходимости. Слишком активно защищая ребенка, вы мешаете ему научиться слушать и понимать противника.

Поощряйте любую инициативу ребенка в общении.

Предоставьте ребёнку возможность в чём-то значимом проявить себя.

Не одергивайте своего ребенка при других детях. При необходимости отрицательной оценки поведения ребёнка сделайте её один на один, без присутствия кого-либо.

Учите ребенка определять чувства и намерения других людей по мимике.

Наблюдайте вместе с ребенком за другими детьми, обращайтесь к его вниманию на последовательность событий, происходящих с объектом наблюдения.

Не ограничивайтесь в общении с ребенком простыми предложениями. Ведите долгий, развернутый диалог.

### **Младший школьный возраст**

От 7 до 10 лет у ребенка начинается новая деятельность – учебная. Теперь его положение в обществе – положение человека, который занят важной и оцениваемой обществом работой. Это влечет за собой перемены в отношениях с другими людьми, в оценивании себя и других.

Младший школьник – человек, активно овладевающий навыками общения. В этот период происходит активное установление дружеских контактов. Приобретение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение заводить друзей являются одной из важных задач развития на этом возрастном этапе.

Попадая в новый коллектив, ребенок встречается с новыми правилами и требованиями, он присматривается к другим детям, а они изучают его. Совершенно нормально, что ребенок первое время может быть смущен и растерян. Правила общения в новой группе не «прописаны», нужно завоевать авторитет, показать то, на что ты способен. Не всегда даже нам, взрослым людям, это удается легко.

Когда ребенок начинает учиться, его общение становится более целенаправленным, поскольку появляется постоянное и активное воздействие учителя, с одной стороны, и одноклассников – с другой. Отношение ребенка к товарищам очень часто определяется отношением к

ним взрослых, в первую очередь – учителя. Оценка учителя принимается учениками как главная характеристика личностных качеств одноклассника. Особенно значима личность учителя для налаживания межличностных отношений первоклассников, так как дети еще плохо знают друг друга, не умеют определить возможности, достоинства и недостатки как свои собственные, так и своих товарищей.

К концу начального обучения непосредственные эмоциональные связи и взаимоотношения начинают подкрепляться нравственной оценкой каждого из ребят, глубже осознаются те или иные качества личности.

О возрастающей роли сверстников свидетельствует и тот факт, что в 9-10 лет школьники значительно острее переживают замечания, полученные в присутствии других детей.



Нередко практикуемое взрослыми осуждение ребенка за какой-либо проступок перед другими детьми является для него мощным травмирующим фактором, последствия которого требуют срочного психотерапевтического вмешательства.

**О проблемах в общении со сверстниками могут говорить такие «сигналы»:**

*ребенок панически боится начинать разговор;*

*он замыкается и сидит один;*

*ведет себя слишком эмоционально с целью привлечь внимание других детей;*

*испытывает противоречие, трудности в общении, не зная, к какой малой группе детей он бы хотел присоединиться;*

*не рассказывает об одноклассниках, одноклассники звонят крайне редко либо не звонят вообще;*

*не участвует в школьных мероприятиях;*

*ребенка не зовут на праздники или дни рождения, он сам не знает, кого позвать на свой День рождения;*

*сидит дома по выходным или гуляет только с родными.*

Частыми причинами, вызывающими затруднения в общении младших школьников, могут выступать индивидуально-психологические особенности общения, включающие интеллектуальные, волевые, личностные проявления человека.

Чтобы выявить истинные причины непопулярности своего ребенка, ***разговаривайте с ним как можно больше***. Не о конкретной проблеме, а просто ни о чем и обо всём. Поговорите о том, как дела в школе, может, мимоходом всплывет информация о взаимоотношениях в классе, о зарождающихся проблемах. Проанализируйте поведение ребенка в будни и в выходные дни.

***Что делать?***

Учите ребенка рассказывать о себе, своих увлечениях, интересоваться желаниями и стремлениями других людей. Объясните, как поддерживать разговор. Поощряйте его желание звонить сверстникам, но предварительно обсудите, что он хочет сказать. Проговорив и осмыслив информацию, ваш младшеклассник будет чувствовать себя более спокойно во время телефонного разговора.

**Если ребенок застенчив**, поговорите с учителем, чтобы он включал вашего школьника в совместную внешкольную (или школьную) деятельность. При этом **важно создавать ситуацию успешного дебюта**. Такой ход поможет ребенку почувствовать себя более уверенно.

Сложности в общении могут появиться и у детей, которые навязчиво **стремятся к лидерству**. Научите ребенка выражать свои желания, потребности, чувства. Объясните, что это поможет окружающим понять их и более адекватно на них реагировать.

**Неуспеваемость в школе** тоже влияет на отношение одноклассников. У всех детей разные способности, и требовать от каждого быть отличником – по крайней мере, глупо. Чтобы ребенок не чувствовал себя ущемленным, найдите ему внешкольное занятие, где он сможет реализоваться. Поощряйте новые увлечения своего ученика, предлагайте новые варианты. Помогите ему найти себя.

Часто резкая смена коллектива сопровождается **стрессом (переход в другую школу или класс)**. *Если в детском саду или в другой школе проблем коммуникации с одноклассниками не было, значит, в новом классе появились некие обстоятельства, которые провоцируют защитные механизмы ребенка. Ежедневно спрашивайте, как прошел день в школе, пусть рисует картинку на тему «Моя школа», «Мой класс», «Мои школьные друзья», «Я и класс» и т.д. Конечно, не всё сразу, а постепенно. Расспрашивайте, что он нарисовал, кого изобразил черным, коричневым или серым цветом, какого размера, в какой части листа. Рисунки покажут проблему.*

### **Подростковый возраст**

Наиболее значим этот период для развития полноценного общения. Потребность в общении со сверстниками становится одной из центральных потребностей подростка. Сейчас эта потребность приобретает новое качество – и по содержанию, и по формам выражения, и по роли, которую она начинает играть во внутренней жизни подростка, – в его переживаниях и мыслях. Теперь подросток учится устанавливать горизонтальные связи, строить партнерские отношения. Мнение сверстников постепенно становится важнее, чем то, что говорят родители. В 12-13 лет наиболее значимо групповое общение, общение в компании ровесников, «пик» которого приходится на 13-14 лет. «Компания не каприз и не способ избежать неприятных и скучных дел, – подчеркивает Людмила Петрановская. – Общаясь со сверстниками, он учится завое-

вывать авторитет, решать конфликты, понимать людей, переживать предательство, хранить верность, выбирать друзей, справляться с врагами. Это и есть ведущая деятельность подростка».

Проблемы общения подростков со сверстниками обычно особо выражены, и не заметить их сложно. Помочь такому ребенку можно путем постановки задач, направленных на развитие коммуникационных навыков и повышение самооценки:

- Расспрашивайте подростка о том, как прошел его день, учите анализу событий, подскажите, как правильно выразить свои чувства и поощряйте регулярные и интересные рассказы;
- Тренируйте в подростке навыки самопрезентации и дикторские способности: задавайте интересную ребенку тему для подготовки презентации перед родственниками и друзьями.

С развитием группового общения связана одна из наиболее сложных проблем подросткового возраста – проблема отверженности, а в наиболее крайних формах – случаи, когда подросток становится объектом издевательства, насмешек, физической агрессии со стороны группы сверстников.

Причины отверженности очень индивидуальны и многогранны. Подростки могут испытывать чувство одиночества из-за того, что им трудно установить контакт с окружающими в силу низкой самооценки, в силу испытываемых чувств тревоги или подавленности, из-за недоверия к людям или скептического отношения к своим возможностям в тех или иных ситуациях.

### **Чем могут помочь родители?**

Родители во многом остаются тем якорем равновесия, который помогает подростку выплывать в бурном море отношений. Важно быть последовательными, уметь четко выстраивать границы в общении, а также проявлять достаточно терпения. Дайте растущему человеку большую самостоятельность (и большую ответственность).

Конечно, кто-то из подростков более застенчив, кто-то более агрессивен, кто-то любит командовать, а кто-то склонен к подчинению. Люди не могут быть одинаковыми! Если черты ребенка не мешают общаться и занимать свое место в коллективе сверстников, если ему достаточно комфортно, – значит, все в порядке. Даже если вам хотелось бы видеть его каким-то другим.

Не все подростки стремятся к тому, чтобы быть популярными в среде сверстников. Многим вполне достаточно занимать прочное место в своем кругу общения и иметь несколько хороших друзей. У основной части подростков вполне хватает для этого ресурсов. Остальные он набирает, практикуясь во взаимодействии с другими. Более подробно об общении подростков, особенностях их развития читайте в методической рассылке № 10/2015 ([https://yadi.sk/i/37B0oWXnjimVa?force\\_show=1](https://yadi.sk/i/37B0oWXnjimVa?force_show=1))

## Старший школьный возраст

Старший школьный возраст – это возраст формирования собственных взглядов и отношений, поисков самоопределения. Если подростки видят проявление своей самостоятельности в делах и поступках, то старшие школьники наиболее важной сферой проявления самостоятельности считают собственные взгляды, оценки, мнения.

Одним из пиков развития у человека потребности в общении является ранняя юность. Можно назвать несколько причин, объясняющих возрастающую заинтересованность в расширении сферы контактов. Наиболее явная из них – постоянное физическое и умственное развитие школьника и, связанное с этим, углубление его интересов. Важным обстоятельством является и потребность в деятельности. Она во многом находит свое выражение в общении. В юности особенно возрастает необходимость, с одной стороны, в новом опыте, а с другой – в признании, защищенности и сопереживании. Это определяет рост потребности в общении и способствует решению проблем самосознания, самоопределения, самоутверждения.

Изучая особенности общения старшеклассников, исследователи обращают особое внимание на разнообразие его функций. Во-первых, общение старшеклассника является очень важным «каналом информации». Во-вторых, – это вид деятельности, которая оказывает значительное влияние на развитие личности. И, в-третьих, это вид эмоционального контакта, который способствует развитию эмоциональной сферы и формированию самоуважения, которое так важно в этом возрасте.

Юноши и девушки находятся в постоянном ожидании общения – для них важен каждый новый человек. Общение в юности отличается особой доверительностью, исповедальностью, что накладывает отпеча-

*Единственная настоящая роскошь - это роскошь человеческого общения.  
Антуан де Сент-Экзюпери*

ток интимности, страстности на отношения, связывающие старшеклассников с близкими людьми. В силу этого в ранней юности так быстро переживаются неудачи в общении. В этом возрасте, по сравнению с подростковым, возникает и потребность в общении со взрослыми, особенно в ситуации неопределенности, затруднительности самостоятельного решения, то есть в какой-то проблемной ситуации. И доверие в большей степени связано не с интимностью или секретностью передаваемой информации, а со значительностью самой проблемы, с которой старшеклассник обращается к взрослому.

Основным принципом общения и психической жизни в целом в юношеском возрасте является выраженный поиск путей к миру через нахождение пути к самому себе.

Конечно, причин, не складывающихся отношений со сверстниками, может быть гораздо больше. Но родителям главное – поверить в

своего ребенка, разговаривать с ним как можно больше о его жизни и возможных проблемах. Помогите ему найти друзей, ведь поддержка родных и сверстников – это важная составляющая социальной адаптации.

## **ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ ДЕТЕЙ-СИРОТ СО СВЕРСТНИКАМИ**

Стоит знать, что у приемных детей и воспитанников интернатных учреждений мало опыта благополучного общения со взрослыми. И у них не сформировано «поведение подсолнуха» – поведение следования, когда для ребенка органично и естественно тянуться за взрослым, слышать и слушать его, и учиться у него. Когда ребенок не готов к такому общению, у него нет кредита доверия ко взрослому.

Приемные дети активно стремятся к общению с другими детьми, но у них это общение плохо получается, прежде всего, из-за отсутствия желания подчиняться правилам, несоблюдения правил игры. При общении детей-сирот со сверстниками преобладают агрессивные формы взаимодействия (хаотичная беготня, пинки, подзатыльники), повышенная конфликтность, что приводит к постепенному отвержению ребенка в детском коллективе.

Помимо этого, игра приемных детей часто не соответствует возрастным интересам их партнеров по общению: сюжет их игры крайне беден, сюжетная игра нередко заменяется стереотипными манипулятивными действиями (укачивание куклы, катание машинок и т.п.). Все это вызывает нежелание сверстников взаимодействовать с детьми-сиротами.

В школьном возрасте характер межличностного взаимодействия детей определяет учитель. Поскольку приемные дети доставляют немало хлопот учителям, нередко создается негативное мнение одноклассников об этом ребенке. Многие поступки приемных детей рассматриваются учителями «под микроскопом». Одинаковые поступки, носящие негативный характер, совершаемые приемным ребенком и ребенком, воспитывающимся в семье, оцениваются по-разному. Дети очень быстро улавливают вспыльчивость приемных детей, провоцируя их на различные негативные поступки.

Безусловно, новая семейная обстановка, семейные правила, здоровые отношения внутри приемной семьи несут большую воспитательную нагрузку. Однако ребенок будет стремиться найти себе друзей из числа «трудных и неблагополучных детей». Он может саботировать процесс воспитания. Это объясняется тем, что, когда среда меняется, человек, чтобы создать комфортную среду, тяготеет к себе подобным, тем, кто живет по законам и правилам, которые он усвоил прежде.

Все взрослые, участвующие в воспитании приемного ребенка, прежде всего приемные родители, должны очень внимательно наблюдать за взаимоотношениями детей, вовремя вмешиваться в проблемные ситуации, знакомить детей с правилами взаимодействия людей. Умение приемных родителей постепенно включать ребенка в более продуктивную и благополучную среду сверстников может стать переломным моментом в процессе воспитания.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Человек как личность формируется и функционирует только в отношениях с окружающими людьми. Сложившийся во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками стиль общения, а также коммуникативные навыки, в значительной мере определяют социально-психологическую характеристику личности в зрелом возрасте.

Если будучи ребенком человек не получал должной поддержки со стороны близких, и не смог приобрести опыт коммуникации, он может вырасти замкнутым и неуверенным в себе. Это значит, что его коммуникативные способности общения будут находиться на низком уровне.

«Проблемные», «трудные», «непослушные» и «невозможные» дети, так же, как дети «с комплексами», «забитые» или «несчастные» – всегда результат неправильно сложившихся отношений в семье.

Мировая практика психологической помощи детям и их родителям показала, что даже очень трудные проблемы воспитания вполне разрешимы, если удастся восстановить благоприятный стиль общения в семье.

*Очень точное и правильное обращение можно сказать словами К.С. Станиславского: «Любите не себя в общении, а общение в себе! Стремитесь так организовать взаимоотношения с детьми, чтобы ребенок всегда ощущал удовлетворенность от общения с вами».*

### Рекомендуемая литература:

1. Юлия Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?» и



«Продолжаем общаться с ребенком. Так»

Уже в самом названии книг отражается их основная тема и вопрос, на который в процессе чтения вы получите ответ. Это книги с множеством полезных советов, которые помогут вам лучше понять своего ребенка и привести в гармонию отношения в семье.



Скачать можно по ссылке:

[https://dytpsyholog.files.wordpress.com/2015/02/obshatsya\\_s\\_rebenkom\\_kak.doc](https://dytpsyholog.files.wordpress.com/2015/02/obshatsya_s_rebenkom_kak.doc)

и <http://e-repa.ru/files/sklad/gippenreiter-02.pdf>



2. Б.С.Волков, Н.В.Волкова «Психология общения в детском возрасте». В книге рассматриваются как общие закономерности общения с детьми, так и особенности общения ребенка со взрослыми и со сверстниками в различные возра-

тные периоды детства, описываются многочисленные жизненные ситуации и приводятся способы их разрешения. С книгой можно ознакомиться здесь: <http://5psy.ru/chitaem-knigi/bs-volkov-psixologiya-obsheniya.html>

3. С серией статей на тему «Отношения со сверстниками от 3 до 7. Развитие общения у дошкольников» можно ознакомиться здесь: <http://fusionpiter.ru/articles/reasons-contemporaries>

4. Со статьей «Подростки - проблемы в общении со сверстниками и их решение» можно ознакомиться здесь: <http://5psy.ru/roditeli-i-deti/podrostki-problemy-v-obshhenii-so-sverstnikami-i-ih-reshenie.html>

5. Со статьей Н.А.Шкуруичевой «Трудности общения у младших школьников и способы их преодоления» можно ознакомиться здесь <http://n-shkola.ru/storage/archive/1409566299-1785000331.pdf>

6. Со статьей «Особенности общения детей разного возраста» можно ознакомиться здесь <http://xn--i1abnckbmcl9fb.xn--p1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/600146/>

7. Со статьей «Проблемы в общении с одноклассниками: причины и пути решения» можно ознакомиться здесь <http://www.ua.ua.info/ot-6-do-9/psihologiya-ot-6-do-9/article-31902-problemy-v-obschenii-s-odnoklassnikami-prichiny-i-puti-resheniya/>

### **Видео:**

1. Вебинар «Общение. Когда и как ребенок учится общаться? Какие ошибки допускают взрослые в общении с детьми?» можно посмотреть по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=L4uc0i04ooo>

2. Родительский лекторий-вебинар «Общаться с ребенком КАК?» для родителей учащихся 1-11 классов можно посмотреть по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=ioZmmHLDY2I>

3. Видео «Основное правило в общении с ребенком. Важно помнить всегда» можно посмотреть по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=pu5ZIGAvBmY>

4. Видео «Общение с ребенком. Как наладить понимание?» можно посмотреть по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=YI5JKqX0dPU>