

ЕСЛИ МАЛЫШУ ТРУДНО ПОДРУЖИТЬСЯ

ВВЕДЕНИЕ

Итак, ваш малыш подражает, и по всему чувствуется, что ему уже мало общения в семье, пора выводить его в более обширный круг людей.

Чтобы проверить, готов ли ребенок к общению, ответьте на несколько вопросов:

- Много ли у вашего малыша знакомых близкого возраста? С удовольствием ли он с ними общается?
- Стремится ли он малыш к знакомствам?
- Быстро ли он привыкает к новому коллективу?
- Можете ли вы оставить малыша где-то одного, не опасаясь, что он расплчется так сильно, будто вы оставляете его навсегда?
- Активный ли он участник различных детских забав дома, когда к вам приходят гости, во дворе, на улице, в детском саду?
- Умеет ли он сам придумывать игры для друзей, братьев и сестер, для самого себя?
- Тянутся ли к нему другие ребяташки, приглашают ли к себе в гости? Как относятся к его визитам родители друзей?
- Доброжелателен ли ваш ребенок?
- Часто ли он обижается? Долго ли не проходит чувство обиды, причиненное кем-либо из приятелей или родных?
- Умеет ли он постоять за себя, если возникает такая необходимость?

Если хотя бы на половину вопросов вы ответили «да», значит, ваше чадо готово к общению, но, скорее всего, свободно завязывает новые знакомства и не испытывает особого дискомфорта, встречаясь с малознакомыми людьми. Такой ребенок безболезненно вольется в новый коллектив.

Если же на большинство вопросов вы ответили отрицательно, придется серьезно задуматься. Вероятно, малыш слишком мало вращается среди сверстников или число ваших знакомых очень узко, так как общение с людьми, новые знакомства стоят ему достаточных усилий. Предстоит проявить немало выдержки и терпения, чтобы помочь малышу избавиться от этого комплекса.

Многие взрослые не желают считаться с тем, что способность ребенка к общению с разными людьми – неотъемлемая часть его полноценного развития как личности. Во все времена остается актуальным утверждение английских моралистов о том, что умение общаться с людьми важнее всех талантов. Ведь свободное общение с окружающими, умение поддержать приятеля и самому, в случае необходимости,

найти у другого поддержку и взаимопонимание очень важны в жизни любого из нас. А основы таких взаимоотношений закладываются в детском возрасте: если ребенок не научится общаться со сверстниками в детстве, вряд ли это удастся ему в зрелом возрасте.

Так как же помочь ребенку приобрести это умение, что для этого нужно предпринять? В чем заключается проблема, связанная с поиском друга, каковы причины, делающие этот поиск затруднительным? На эти и другие вопросы вы найдете ответы в нашей книге.

Глава 1. Трудно найти настоящего друга

В жизни каждого ребенка однажды происходит очень важное событие: он вступает в новый коллектив – идет в детский сад, заводит знакомых во дворе родного дома, находит приятелей по соседству. Не всегда новый круг общения сразу же становится близким, очень часто ребенку бывает трудно найти настоящего друга, и новые впечатления не приносят ему ничего, кроме обид и разочарований.

В чем причины этого? Вам всегда казалось, что у вас милый, обаятельный малыш, общительный со взрослыми, бывающими у вас дома, прекрасно ладающий с их детьми. А тут вдруг замкнулся в себе, не хочет идти в детский сад или во двор, потому что ему не нравится играть с другими детьми.

Над этим стоит серьезно задуматься. Дело в том, что естественное состояние ребенка – тянуться к ровесникам, к играм с ними. А если он не ищет друзей, не торопится к ним, замыкается в себе, стремится к одиночеству, значит, расстроились его гармоничные отношения с окружающим его миром, с самим собой. Следует как можно скорее разобраться в причинах этой дисгармонии и спокойно, ненавязчиво исправить положение.

Ни для кого не секрет, что все дети абсолютно разные. И попадая в новый коллектив, поначалу даже дети, не имеющие проблем в общении, порой теряются. Что же говорить о тех, кто испытывает трудности в общении со сверстниками из-за своих личностных особенностей (повышенной эмоциональности, нарушения самооценки, агрессивности, замкнутости, застенчивости, конфликтности)?

Причины возникновения подобных отклонений в поведении ребенка могут быть самыми разными. Например, из-за излишней привязанности к кому-нибудь из членов семьи, чрезмерной опеки со стороны родителей, избалованности, принудительного ограничения общения малыша по самым разным причинам (боязни отрицательного влияния на него со стороны друзей, болезни кого-либо из членов семьи, усталости родителей после напряженного трудового дня, нежелания нарушать порядок в доме и т. д.).

Очень часто принудительная изоляция детей становится следствием якобы соблюдения интересов самого малыша или кого-либо из членов его семьи. Зачастую можно услышать такие высказывания «заботливых» мамаш: «Среди соседских ребят нет подходящей компании моему ребенку». Без специального разрешения такому малышу нельзя шагу шагнуть. Ему запрещают двигаться, играть в шумные игры, словом, делают все возможное, чтобы задержать его

естественное развитие.

У ребенка, насильственно изолированного от общества сверстников, не удовлетворяется естественная потребность общения. Со временем приедаются даже самые любимые игрушки, и он начинает испытывать эмоциональный дискомфорт. Общение с детьми заменяется многочасовым сидением перед телевизором или компьютерными играми. Это, в свою очередь, приводит к тому, что у него начинаются головные боли, ухудшается зрение, нарушается психика. Привыкнув к постоянному уединению, он вряд ли сможет легко общаться с другими детьми.

Впервые столкнувшись с непривычной обстановкой, малыш видит вокруг много новых лиц, не похожих друг на друга детей, у каждого свой характер... Вроде со всеми хочется поиграть, подружиться, но что-то не дает ему почувствовать себя комфортно в этой казалось бы желанной среде.

Ничего удивительного в этом нет. Дело в том, что он привык к общению в тесном семейном кругу, где он чувствовал себя защищенным, окруженным заботой, где все внимание уделялось в основном ему. Рядом всегда были мама, папа, бабушка или дедушка, которые объяснят, помогут, пожалеют... Теперь их рядом нет, и малышу приходится самостоятельно решать такие сложные даже для взрослого проблемы, как подход к новым знакомым, выбор друга или подруги.

Зачастую первые подобные контакты с ровесниками заканчиваются печально. Одной из наиболее распространенных причин неумения завязать прочные отношения со сверстниками, как вы уже поняли, становится излишняя застенчивость ребенка. И это, пожалуй, не менее серьезно, чем чрезмерный эгоизм и стремление к лидерству. Такая проблема возникает, как правило, в семье, где родители очень властны и нетерпеливы. Замечая в своем ребенке какие-либо недостатки, они стараются оказать давление на него, считая, что разговор на повышенных тонах, нажим способны их искоренить. Такой метод воспитания лишь усугубляет ситуацию, усиливая застенчивость, которая может вызвать «уход в себя» или «тихую агрессивность». В последнем случае протест со стороны малыша будет выражен не в открытой, а в скрытой форме. И не дай Бог, случится, что с самого раннего возраста он исподтишка будет делать все вам назло.

Вторая причина зачастую кроется в том, что ребенку кажется, будто ему уделяют слишком мало внимания. Чаще всего с такой проблемой сталкивается дитя, являющееся в семье первым и некоторое время воспитывавшееся как единственное.

Ребенок-эгоист – это всегда творение рук его ближайших родственников, с которыми он живет: мамы, папы, бабушки, дедушки. Родительская любовь в иных семьях очень часто сводится к тому, что малыша заваливают игрушками, покупают ему какую-нибудь дорогую собаку или кошку. Единственным близким другом для него и становится это живое существо. Естественно, такое дитя не научено общению с людьми, тем более с ровесниками, которым очень трудно понять и принять его капризы. Привыкнув ко всеобщему вниманию в семье, малыш и в новом коллективе стремится занять центральное место, стать лидером.

Сверстники, как правило, не принимают таких детей в компанию, не хотят

подчиняться воле «новичка». А что может быть обиднее для ребенка, действия и слова которого в семье всегда воспринимались как руководство к действию? Естественно, привыкнув быть в центре внимания, он не сможет сразу перестроиться и согласиться вести себя «на равных» со сверстниками. Поэтому он замыкается в себе, становится обидчивым, неразговорчивым или же наоборот, слишком агрессивным, несговорчивым, упрямым. Словом, желание семьи ограничиться одним ребенком, чтобы дать ему все самое лучшее, оборачивается порой серьезной проблемой, так как ребенок не может учиться нормально общаться не только с детьми, но и со взрослыми, требуя безоговорочного выполнения всех своих прихотей.

И в том, и в другом случае нарушается гармония взаимоотношений с окружающими, поэтому подрастающему человечку порой так трудно находить друзей среди сверстников не только в раннем детстве, но и значительно позже, когда он повзрослеет.

В последнее время ко мне все чаще и чаще обращаются растерянные родители, чьи дети своим поведением напоминают улиток или раков-отшельников и живут в своих тесных замкнутых мирках. Любые попытки сверстников вовлечь их в общение заканчиваются тем, что они прячутся в свой «домик» и не поддаются ни на какие уговоры.

Вот рассказ одной из мам: «Когда Машеньке было три года, я ушла с работы. Муж прилично зарабатывает, да и дочке хотелось уделить больше внимания. До этого она ходила в детский сад, и я считала, что нескольких часов вечернего общения и совместных выходных недостаточно, чтобы выстроить нормальные отношения. Теперь доченька всегда у меня на глазах, все как-то спокойнее. Что бы я ни делала – готовлю, глажу белье, стираю, – она всегда рядом: то с куклой возится, то рисует. А вот идем гулять – к детям не подходит. Говорю ей, чтобы пошла поиграла с девочками, а она ни в какую. Через год ей в школу идти, а она от меня ни на шаг. Вожу ее в группу для дошкольников, так приходится все время занятий под дверью сидеть, потому что она меня не отпускает».

Причина подобного поведения девочки – внушение, пусть невольное, со стороны матери, что ей может быть хорошо только рядом с нею.

Еще один пример. На приеме мама с трехлетним сыном: «Уже целую неделю пытаюсь оставить его в детском саду, но мне это не удается. Каждое утро превращается в кошмар. Как только подходим к детскому саду, он „уходит в себя“, перестает отвечать на мои вопросы. Вчера я его все-таки оставила в саду, а в результате он весь день проплакал, ничего не ел, не играл ни сам, ни с детьми»...

Я в присутствии мамы побеседовала с мальчиком и отметила, что у мальчика открытый и доверчивый взгляд, он стремится к общению, искренне хочет, чтобы у него появились друзья.

В ходе беседы с мамой я выяснила, что мальчик очень развит: считает до 100, знает буквы, читает наизусть много стихотворений. Дома в основном находится под присмотром бабушки, которая во внуке души не чает и ухаживает за ним, как за тепличным растением.

В данном случае наблюдается ситуация, когда у мальчика выработался комплекс – он до того привык к заботливому отношению любящей бабушки, что просто боится остаться один в большом незнакомом коллективе. Я посоветовала маме или бабушке несколько дней побыть в детском саду вместе с мальчиком, чтобы он привык к новой обстановке около близкого человека. Через неделю мама пришла на прием одна и сказала, что мальчик совершенно освоился в новом коллективе, подружился с ребятами.

В чем же дело? Почему в присутствии близких дети быстрее осваиваются в новых условиях? Привыкнув к определенному образу жизни и к общению в узком кругу, они должны пройти так называемый адаптационный период, который поможет им понять, что ничего плохого предстоящая перемена им не принесет. Присутствие родных дало ощущение защищенности, которое и помогло вписаться в новую обстановку, увидеть положительные стороны пребывания в коллективе со сверстниками. И в том, и в другом случае ровесникам хотелось подружиться друг с другом, но излишняя привязанность к родителям, бабушке и вызванная этим застенчивость мешали им раскованно вести себя с ровесниками.

Причиной трудностей в общении могут быть не только застенчивость, но и различные травмирующие обстоятельства. Малыша могли обидеть, обзвать, дать нехорошее прозвище. После подобных инцидентов новичку вряд ли захочется общаться с ребятами, а то и вообще находиться рядом с ними.

Такой случай произошел с девочками-тройняшками четырех лет, которые отказались ходить в детский сад, когда их обзвали тремя поросятами (девочки были несколько полноваты). Только особое внимание родителей, которые помогли девочкам воспринять свой недостаток с достаточным чувством юмора, и чуткость воспитательницы другого детсада, сумевшей предотвратить подобный инцидент и ввести сестренок в сплоченный детский коллектив, помогли им найти друзей и избавиться от своих страхов.

Как же определить, к какому из описанных типов относится ваш ребенок? Конечно, заботливые родители, уделяющие достаточно внимания своему чаду, без труда ответят на этот вопрос. Но случается и так, что в семье дети ведут себя совершенно иначе, чем вне ее, и порой даже наблюдательные родители не могут дать точного ответа на свой же собственный вопрос: каков мой ребенок? Попробуйте провести несложный психологический тест. Предложите детям изобразить себя в полный рост на белом листе бумаги.

Детский рисунок по праву считается «королевским путем» познания мира ребенка (недаром им интересуются не только педагоги и психологи, но и историки, философы, этнографы, художники. Первая публикация о психологии детского рисунка вышла в 1887 году в Италии, и с тех пор количество психологических исследований этой темы неуклонно растет). В особенностях детского творчества отражается уровень психического развития малыша, так как он рисует не то, что видит, а то, что понимает. Итак, ребенок нарисовал себя. Если он расположил себя в центре листка и довольно крупно, значит, у него, скорее всего, нет недостатка в оценке собственного «я», он видит себя в центре окружающей обстановки, следовательно, он окружен любовью и заботой. Правда, у него могут возникнуть проблемы, связанные с поиском друга, так как он привык к тому, что должен быть в центре

всеобщего внимания.

Если же малыш нарисовал себя в виде очень маленькой фигурки в углу листка, стоит серьезно задуматься. Подобное расположение и масштаб рисунка свидетельствуют о неуверенности в себе, о желании быть маленьким и незаметным, спрятаться, стусеваться. Он излишне застенчив, срочно следует заняться коррективкой его самооценки. Упустив момент, вы рискуете потерять его как личность, если он не научится осознавать себя нужным и полезным людям.

Можно предложить ребенку нарисовать себя и друзей. При расшифровке этого теста важно обратить внимание на расположение фигур. Если он изобразил себя в центре, значит, у него есть задатки лидера; если все дети держатся за руки и примерно одинаковы по величине, у вашего малыша, скорее всего, нет проблем в общении с другими детьми; если же собственная фигурка изображена где-то в стороне и мельче остальных фигур, задумайтесь – это предупреждение о серьезных проблемах в общении со сверстниками.

Можно провести и такой тест: сначала вы сами нарисуйте высокую гору, а затем предложите малышу изобразить на этой горе себя. Если он нарисовал себя в самом низу горы или ниже ее середины, значит, у него заниженная самооценка, он слишком застенчив и неуверен в себе. Если он расположил себя примерно посередине – с самооценкой у него все в порядке. Ему, скорее всего, не составляет особого труда найти общий язык со сверстниками. Если же он изобразил себя на самой вершине горы, выходит, самооценка его завышена, он, вероятно, амбициозен и трудно сходится со сверстниками. И ему тяжело со всеми, и с ним тяжело всем.

Существует еще один тип детей. Они не замкнуты в полном смысле этого слова. Им удается общение, но только с определенным кругом людей. Одни из них не могут сойтись со сверстниками, но очень быстро находят общий язык с детьми младше или старше себя. Другие предпочитают находиться в окружении только мальчиков или только девочек, третьи с удовольствием пребывают рядом со взрослыми. Это объясняется психологическими особенностями детей, их воспитанием и другими причинами.

Я говорила уже, что дети, привязанные к родителям, трудно сходятся со своими однолетками. Им интересно сидеть в одной комнате со взрослыми и слушать их разговоры, пытаюсь иногда вставить свое словечко. Ребяточки, стремящиеся к общению с мальчиками и девочками старшего возраста, очень часто обгоняют в развитии своих сверстников, игры с которыми им просто не интересны. Если сын или дочь любят возиться с малышами, это вовсе не говорит о том, что они отстают в развитии, просто под влиянием воспитания у них сложился определенный стереотип поведения, при котором они испытывают постоянную потребность кого-то опекать. Тяготение к играм исключительно с мальчиками или девочками можно объяснить особенностями темперамента или воспитания.

Поведение таких детей тоже требует определенной коррекции. Ведь ребенок когда-то станет взрослым, и ему придется жить в обществе, отнюдь не отличающемся своей однородностью. Поэтому важно с раннего возраста ориентировать детей на общение с разными людьми.

Итак, два типа детей особенно предрасположены к трудностям в общении ровесниками: потенциальные лидеры и «тихони». Замечу, что труднее в этом плане придется именно «тихоням». Лидер так или иначе найдет свое место «под солнцем», не приобретет друзей миром, так «завоюет» их. Гораздо сложнее придется застенчивому, значит, именно этому типу детей уделим особое внимание в следующей главе. Замечу сразу, что коррекция поведения – дело не одного дня и даже не месяца. Она требует огромного терпения и постоянных, систематических занятий.

Глава 2. Преодоление застенчивости

Итак, одна из важных **причин**, почему ваш ребенок не может найти настоящего друга в среде сверстников, – чрезмерная застенчивость. Бывает, что даже доверчивые дети, добрые, искренние, потенциально готовые к общению, не могут преодолеть психологический барьер и нормально общаться с ребятами близкого возраста.

Как помочь сыну или дочери преодолеть этот психологический барьер, научить смело протянуть руки навстречу дружбе, свободно общаться со сверстниками?

Не привязывайте ребенка к себе. Конечно, очень приятно ощущать свою нужность этой милой крохе, упиваться ее любовью, ее желанием всегда находиться рядом. Но такая привязанность может привести к формированию нежизнеспособной личности, идущей на поводу у более сильного, прячущейся от решения любых возникающих проблем.

Родителям важно усвоить, что общение со сверстниками и другими детьми так же необходимо дошкольникам, как и с членами собственной семьи. Если пребывание в кругу семьи дает чувство собственной значимости, то общение с детьми стимулирует развитие личности. Чтобы из вашего малыша вырос полноценный человек, не лишайте его ни того, ни другого.

Родителям необходимо понять, что для ребенка очень важно хоть иногда приглашать гостей к себе домой. Самоутверждение необходимо в любом возрасте, а какое место для этого самое подходящее? Где он может похвалиться чистотой и порядком своей комнаты, коллекцией вкладышей или наклеек от жевательной резинки, многообразием игрушек? Где он может показать своего любимого щенка или котенка, которого ему подарили на день рождения? Все это повышает авторитет малыша в глазах других, а следовательно, способствует его открытости, обретению уверенности в себе.

Игры дома не менее необходимы, чем игры на улице. Следует, конечно, заранее договориться с малышом, что после ухода гостей в комнате будет такой же порядок, как и до их визита. А если в доме кто-то болеет, объясните, что для забав желательнее выбрать спокойные занятия: отгадать загадки, поиграть в настольные игры. В общем, при разумном поведении родителей ребенок не будет вести себя неправильно.

Важно, чтобы он понял, что его интересы уважают, как и интересы других членов семьи. Если он будет видеть такое отношение и к себе, и к окружающим с самого раннего возраста, он вырастет человеком, способным проявить внимание и сочувствие к тем, кто будет окружать его. Это, в свою очередь, поможет ему находить общий язык и в школе, и в дальнейшей жизни, ведь внимательные, чуткие

люди всегда являются душой общества.

Поэтому стоит придерживаться следующих нехитрых правил.

1. С самого раннего возраста старайтесь создавать такие условия, чтобы у вашего малыша была постоянная возможность общения с ровесниками. Чем реже контакты со сверстниками, тем меньше вероятность обзавестись друзьями. Ходите в гости в семьи, где есть дети, приглашайте соседских ребятшек к себе домой, устраивайте праздники, предоставляя малышне возможность проявить свою инициативу, выдумку, способности.
2. Не опекайте чересчур детей, не подавляйте их волю. Почаще предоставляйте возможность действовать самостоятельно.
3. Помогите ребенку завести постоянного партнера по развлечениям из числа соседских мальчиков и девочек. Чем раньше вы это сделаете, тем лучше. Поймите, что даже самые теплые отношения с родителями не заменят малышу общения со сверстниками.
4. Не будьте сторонним наблюдателем, когда ваш сын или дочь общается с другими детьми. Старайтесь устанавливать между ними дружеские контакты, включаясь в игру на правах участника. Если требуется срочное вмешательство, например если между детьми возникла ссора, выступите в роли «миротворца»; если вдруг разладилась игра, возьмите инициативу в свои руки, постарайтесь заинтересовать детей в ее продолжении, предложите что-нибудь новое, более интересное.
5. Не переусердствуйте, помогая в играх и забавах. Если каждый следующий поступок сына или дочки будет подсказан вами, каждая игрушка изготовлена вашими руками при их пассивном участии, а игра задумана не ими, а вами, эти старания пойдут малышу не на пользу, а только во вред. Вместо заинтересованности возникнет тупая и беспросветная скука, а в результате – безволие, несамостоятельность, неверие в свои силы, чрезмерная податливость посторонним влияниям, рабская зависимость от более сильного человека, а следовательно – невозможность полноценного общения.
6. Играйте, веселитесь, шалите с ребенком «на равных».
7. Придумывайте вместе с ним различные истории, главными действующими лицами которых будут он сам и его товарищи. Пусть эти истории носят поучительный характер.
8. Учите малыша не только играть в игры, придуманные вами, но и создавать на их основе свои. Помогите ему научиться толково объяснять правила игры, в которую он играл или придумал, и организовать ее.
9. Учите его открыто и спокойно высказывать собственное мнение, доказывать его, не повышая голоса, без истерики и обиды.
10. Пореже меняйте привычный круг общения детей (группу в детском саду, например), так как частая смена коллектива отрицательно скажется как на застенчивом, так и на ребенке с задатками лидера. Если же по объективным причинам это все-таки пришлось сделать и ваш малыш долго не может привыкнуть к новому коллективу, «раскрыться» в обществе новых приятелей, придумайте что-то такое, что привлечет к нему внимание ребяташек (организуите чаепитие с играми и конкурсами, купите книжку с яркими картинками, заведите котенка...).
11. Поощряйте за стремление к общению со сверстниками, за прекрасные отношения с ними. Приветствуйте и поддерживайте эти качества. Похвала

- родителей – прекрасный стимул для каждого малыша.
12. Больше бывайте с ребенком на улице, во дворе, чтобы с самого раннего возраста он мог привыкнуть к тому, что живет среди людей и что общение с ними не необходимость, а приятное времяпрепровождение. Именно во взаимоотношениях с друзьями раскрываются лучшие человеческие качества. Находясь с самого раннего возраста в окружении разных людей, ребенок проще смотрит на новые знакомства, привыкает к тому, что широкий круг приятелей – это естественно для нормального человека.
 13. Не ругайте его за то, что он сторонится общества детей, предпочитая быть с матерью, бабушкой, близкими. Не давите на него. Это вызовет лишь обратный эффект, и ребенок замкнется в себе. Пойдите другим путем – помогите ему влиться в игру, примите для начала участие в ней, а потом, когда он увлечется, постарайтесь незаметно «исчезнуть» из поля его зрения.
 14. Ненавязчиво, но часто рассказывайте сказки, истории – выдуманные или происходившие в действительности – о прекрасной дружбе, о том, как люди помогают друг другу в беде, кого можно считать настоящим другом. Истории эти должны быть просты для восприятия и понимания малыша, с прозрачным смыслом и наводить его на мысль, что у каждого человека должен быть хотя бы один настоящий друг, с которым интересно играть, делиться секретами, помогать ему: «Такой друг не даст тебя в обиду, но и ты должен его защитить, если потребуется».

Истории помогут ему разобраться, например, в том, кого можно считать верным другом, а кого нет, как выбрать себе хорошего товарища. Приведу в качестве наглядного примера несколько историй, на основе которых вы сможете рассказать ребенку что-то подобное.

«Жила давным-давно женщина, и было у нее три сына. Когда дети выросли, отправила она их в дальний путь – мир посмотреть, делу научиться. Каждому сыну дала совет мать, как правильно друга выбрать. Первому сказала: „Нарочно отстань в пути, а спутнику крикни, что седло съехало набок, надо поправить, а ты поезжай, я тебя догоню. Если уедет попутчик, не предложит помощь – не товарищ он тебе“. Второму сказала: „Проголодаешься, достанешь из дорожного мешка хлеба краюху, протяни ее спутнику, чтобы разделил. Если возьмет он себе большую часть хлеба, а меньшую отдаст тебе – жаден он, не иди с ним дальше“. Третьему сказала: „Если придется в пути туго, нападут на вас разбойники, защити своего попутчика, предложи ему скакать вперед, спасать свою жизнь. Если бросит тебя, умчится прочь – трус он, не годится для верной дружбы“.

Или вот еще одна история, которая научит ценить чувство товарищества, помогать другу в трудной ситуации.

«Жили-были в лесу два друга – Олененок и Бельчонок. Все лето они дружили: вместе играли, уходили далеко от дома, чтобы посмотреть новые красивые места в лесу.

*Но вот наступила зима. Выпал снег, который однажды после оттепели покрылся толстой коркой льда. Заплакал Олененок, не может он разбить ледяную корку. Увидел Бельчонок, что его друг плачет, и спрашивает:
– Что случилось, дружок?*

Олененок отвечает:

– Нечего мне есть, Бельчонок. Не могу достать из-подо льда травку.

– Не грусти, Олененок, я тебе помогу.

Вынес он из своего дупла сушеные грибы и дал Олененку. Всем стало весело: и Олененку, и Бельчонку, и всем вокруг».

Для преодоления застенчивости очень полезно устраивать детские праздники с приглашением гостей – не для себя, взрослых, а именно для ребятешек. Пусть это будет настоящее торжество с угощением: сладостями, напитками и мороженым, с детскими играми, конкурсами, загадками. Родители, конечно, взяв на себя его подготовку, должны стать добрыми волшебниками на нем и сделать все, чтобы дети не чувствовали себя скованно и каждому досталась бы хоть капелька внимания. Желательно, чтобы все приглашенные побыли в роли ведущего в какой-нибудь игре или приняли активное участие в каком-либо конкурсе и получили бы хоть маленький, скромный приз.

Важным этапом в проведении праздника является подготовка к нему. Продумайте программу, привлечите к организации задуманного детей. Пусть каждому достанется какое-нибудь несложное дело (с учетом возраста, конечно). При этом подведите ребятешек к мысли, что все это они придумали сами, похвалите за то, что у них все прекрасно получается.

Незаменимо в развитии коммуникативных способностей детей публичное чтение стихотворений, сольное пение, рассказывание сказок, участие в инсценировках и кукольных спектаклях. Если у вас есть возможность, запишите дошкольника в какую-нибудь студию, если нет, развивайте его сценические способности сами. Прекрасно, если у вас есть друзья с детьми близкого возраста. Устраивайте прогулки, вечера отдыха и развлечений, представления и спектакли совместными усилиями. Для инсценировки спектаклей используйте самые простые сказки – «Репку», «Колобок», «Теремок», но постарайтесь, чтобы у каждого «актера» был костюм или хотя бы атрибуты той роли, которую он играет.

Больше играйте с детьми! Во время игры дети прекрасно раскрываются, проявляются их независимость и самостоятельность, «всплывают» на поверхность все их достоинства и недостатки. И именно в игре легче всего корректировать их поведение, исправлять то, что мешает им свободно общаться со взрослыми и сверстниками: чрезмерный эгоизм или излишнюю застенчивость.

Неплохо для развития коммуникативных способностей детишек создать в семье традиции игрового общения. Для этого существует несколько чудесных домашних праздников: Восьмое марта, День защитника Отечества, Новый год... Стоит только проявить немного изобретательности.

Например, под Новый год можно дома устроить маскарад и поменяться местами: пусть взрослые станут «детьми», а дети – «взрослыми». На праздник Восьмого марта во многих семьях приготовлением праздничного обеда занимаются папы, но можно пойти дальше и обращаться с представительницами женского пола, как с королевами и принцессами. Представьте, сколько неподдельного веселья вызовут постоянные обращения к ним «Ваше величество», церемониальные поклоны и реверансы, категорический запрет сидеть в присутствии «коронованных особ». В День защитника Отечества неплохо организовать между мужчинами «Рыцарский

турнир». Смастерите из картона шлемы и латы рыцарей, и пусть они примут участие в забавных конкурсах: подстрелят дичь (из игрушечного оружия), проткнут «шпагой» воображаемого противника (воздушный шар), пробегут по узенькому «мостику» через «пропасть».

Такие игры в кругу семьи помогут ребенку раскрепоститься, вывести наружу накопившиеся обиды и раздражения. Например, в роли папы один мальчик отдавал властным голосом родителям – «детям» такие команды: «Сейчас же садись за стол! А ну-ка помой свои грязные руки! Чтобы через десять минут твоя комната была в полном порядке!» Дети– «родители» же могут увидеть себя слишком непослушными, медлительными, неряшливыми... Все это вызывает веселый и достаточно безобидный смех играющих и помогает, увидев свои промахи и недостатки со стороны, корректировать собственное поведение.

Очень сплачивают детей коллективные игры, которые можно организовать в теплое время года: «Жмурки», «Кошки-мышки», «Гори, гори ясно». И зимой неплохо устроить на улице подвижные игры, всевозможные спортивные состязания: «Меткий глаз», «Снежный баскетбол», «Не промахнись!»

С правилами игр «Жмурки» и «Кошки-мышки» знакомы, наверное, все. Познакомимся с содержанием других игр.

Игра «Гори, гори ясно!»

Участники выстраиваются в две шеренги в затылок друг другу. Хором произносят такие слова:

«Гори, гори ясно, чтобы не погасло. Глянь на небо, птички летят. Колокольчики звенят!»

На словах «Глянь на небо...» дети, стоящие первыми, поднимают головы вверх, а на заключительных словах бегут наперегонки до финишной черты. Кто прибежит первым, тот и выиграл.

Игра «Меткий глаз»

Нарисуйте на стене дома, где нет окон, или на деревянном щите большую мишень. Слепите снежки и соревнуйтесь, у кого больше попаданий в центр мишени.

Игра «Снежный баскетбол».

В обыкновенное баскетбольное кольцо или, если такового нет, в обыкновенное ведро бросайте снежки. Кто попадает чаще всех?

Игра «Не промахнись!»

На снегу нарисуйте большой круг (диаметром 5—6 м), отойдите от него на три взрослых шага и бросайте в него снежки. Кто попал, отходит еще на два шага, затем еще. Продолжайте до тех пор, пока не останется один победитель.

Играя с детьми, больше фантазируйте, побуждайте к этому и их, пусть они тоже придумывают свои игры. Не оставайтесь равнодушными к их инициативе, поощряйте работу их воображения.

Очень эффективны для преодоления застенчивости так называемые контактные игры, когда дети прикасаются друг к другу, естественно, в разумных этических и эстетических пределах.

1. Коллективный танец «Лавата».

Ребятишки встают в круг, берутся за руки и, двигаясь по кругу, напевают: «Дружно танцуем мы, та-та-та, та-та-та, танец веселый наш „Лавата“. Мои ноги хороши, а у соседа лучше!». С этими словами они дотрагиваются до ног соседей по кругу и продолжают движение с песней, меняя слово «ноги» на «волосы», «уши», «локти», «пальчики» и т. д.

2. Игра «Путаница».

Под веселую музыку малыши становятся в круг, закрывают глаза и, вытянув руки вперед, сходятся в центре. Правой рукой каждый из участников игры берет кого-нибудь за руку, левую оставляет свободной, для того чтобы за нее кто-то взялся. Когда все взялись за руки, открывают глаза и пытаются распутаться, не разнимая рук.

3. Игра «Жмурки».

Ведущий с завязанными глазами ловит старающихся не попадаться ему детей. Поймав кого-либо, он пытается на ощупь отгадать, кто это.

Очень рекомендую ролевые игры, в которых дополнительно придется общаться друг с другом. Предложите разыграть ситуации «В магазине», «В парикмахерской», «На приеме у врача». Подготовьте нехитрые атрибуты той или иной профессии (совсем ни к чему покупать для этого дорогие игрушки, можно сделать их из картона) и играйте! Увидите, что через игру ваш застенчивый малыш постепенно научится свободному общению. Очень любят дети коллективные речевые игры, которые можно проводить и зимой, и летом, и в помещении, и на улице.

Игры «Доскажи словечко»

1. Взрослый ведущий начинает строку, дети хором заканчивают.

Я хочу устроить бал, я гостей к себе... (позвал). Каждый тут у нас талант – И певец, и... (музыкант). Хватит кукситься, скучать, начинаем... (танцевать). Если танцы надоели, покачайтесь на... (качелях). И качаться надоело? Принимаемся за... (дело). Лучше уж за стол присесть и мороженое... (съесть). Все наелись, детвора? Поиграть тогда... (пора)!

2. Правила такие же, как в предыдущей игре.

Ра-ра-ра – начинается... (игра). Ры-ры-ры – у мальчиков... (шары). Ро-ро-ро – у нас новое... (ведро). Ру-ру-ру – продолжаем мы...(игру). Ре-ре-ре – стоит домик на... (горе). Ри-ри-ри – на ветках... (снегири). Ар-ар-ар – кипит новый... (самовар). Ор-ор-ор – созрел красный... (помидор). Ир-ир-ир – мой папа... (командир). Арь-арь-арь –

на стене висит... (фонарь).

3. Правила такие же. Можно заканчивать строку не хором, а по одному.

Вот теперь настал черед
Сыграть в игру «Наоборот».
Скажу я слово «высоко»,
А ты ответишь: ... (низко).
Скажу я слово «далеко»,
А ты ответишь: ... (близко).
Скажу я слово «потолок»,
А ты ответишь: ... (пол).
Скажу я слово «потерял»,
И скажешь ты: ... (нашел).
Скажу тебе я слово «трус»,
Ответишь ты: ... (храбрец).
Теперь «начало» я скажу,—
Ну, отвечай: ... (конец)!

4. Правила те же.

В реке большая драка, поссорились два ... (рака).
Где обедал воробей? В зоопарке у ... (зверей).

Над лугами, над водой
Хлынул дождик проливной,
А потом повисло
В небе коромысло.
Ребятишек радует
Цветная ... (радуга).

Лесники ее котят
Взять домой не захотят.
Ей не скажешь: «Кошка, брысь»,—
Потому что это ... (рысь).

Загадывайте детям **загадки**, чтобы они их коллективно отгадывали.

Ну и платье: сплошь иголки, его носят только ... (елки).
Не колючий, светло-синий, по утрам повсюду ... (иней).
Кругла, рассыпчата, бела, на стол она с полей пришла.
Ты посоли ее немножко. Ведь это вкусная ... (картошка).
Заставил плакать всех вокруг, он не драчун, а просто ... (лук).
Я – хозяйка разных снов про дельфинов и слонов, про дворцы хрустальные и про
звезды дальние. Вы ложитесь, и на ушко вам нашепчет сны ... (подушка).
Длинным клювом тонким схватит лягушонка. Капнет с клюва капля. Кто же это?..
(цапля).
У меня пропал носок, утащил его ... (щенок).
Серый волк в густом лесу встретил рыжую ... (лису).
Просыпаюсь утром рано вместе с солнышком румяным, Заправляю сам кроватьку,
быстро делаю ... (зарядку).

Итак, первые шаги навстречу дружбе сделаны. Из дня в день, преодолевая застенчивость, ваш малыш научится быть открытым и доверчивым. Теперь наша задача – установить правильные взаимоотношения с товарищами, научить его общаться с ними.

Глава 3. Учимся общаться

Чтобы ребенок чувствовал себя в общении уверенным, вел себя спокойно и достойно, следует неустанно внушать ему общеизвестный принцип поведения: «Поступай с другими так, как хочешь, чтобы поступали с тобой».

Важно внушить, что общение должно сводиться к диалогу. Как часто мы, взрослые, заменяем его монологом. Беседуя, мы вроде слушаем друг друга, но слышим ли? Так вот, давайте прежде всего учить свое дитя именно слышать другого, быть внимательным к настроению, желаниям, чувствам собеседника.

Помогите ребенку усвоить правила, которые научат его уверенности среди сверстников.

- Играй честно.
- Не дразни других, не приставай со своими просьбами, не выпрашивай ничего.
- Не отнимай чужого, но и все свое не отдавай без вежливой просьбы.
- Если у тебя попросят что-нибудь – дай, если попытаются отнять – защищайся.
- Не дерись, если в этом нет необходимости. Ударить можно только для самозащиты, когда бьют тебя.
- Если тебя зовут играть – иди, не зовут – попросись, в этом нет ничего постыдного.
- Не ябедничай, умей хранить доверенные тебе секреты.
- Почаще говори: давай вместе играть, давай дружить.
- Не выставляйся. Ты не лучше всех и не хуже всех. Умей уважать желания и чувства тех, с кем играешь или просто общаешься.

Учиться общаться можно не только непосредственно в кругу сверстников, но и дома, играя с кем-нибудь из взрослых, которые помогут разобраться в сложной ситуации. В качестве примера предлагаю поиграть со своим малышом в игру «Что будет, если...»

Предложите такие ситуации (желательно обсудить вместе с ребенком каждый из предлагаемых вариантов ответа).

1. Твой друг, пробегая мимо, нарочно толкнул тебя, но споткнулся сам и упал. Ему очень больно, он плачет. Что ты сделаешь:

- забудешь свою обиду и подойдешь к нему, чтобы пожалеть;
- обрадуешься происшедшему и скажешь: «Так тебе и надо»;
- не обратишь внимания;
- тоже будешь плакать.

2. Друг без разрешения взял твою игрушку. Что ты сделаешь:

- пожалуешься кому-нибудь из взрослых;
- начнешь на него кричать;
- ударишь его;
- заплачешь;
- станешь отбирать свою игрушку;
- спокойно попросишь вернуть ее;
- попросишь взамен другую;
- найдешь себе другое занятие.

3. Сверстник постоянно дразнит тебя и смеется над тобой. Как ты поступишь:

- тоже будешь дразнить его;
- подерешься с ним;
- постарайся не обращать внимания;
- будешь плакать;
- будешь смеяться вместе с ним;
- скажешь ему, что он ведет себя некрасиво.

4. Приятель нарочно толкнул тебя, причинив боль. Как ты поступишь:

- тоже толкнешь его;
- пожалуешься кому-нибудь из взрослых;
- заплачешь;
- позовешь на помощь кого-нибудь из старших, чтобы он побил твоего обидчика;
- постарайся не обращать на это внимания.

5. Друг или подружка доверили тебе тайну, а тебе очень хочется рассказать об этом маме, папе или еще кому-нибудь. Как ты поступишь:

- будешь держаться, ведь тебя просили никому об этом не рассказывать;
- расскажешь по секрету маме или папе;
- расскажешь по секрету другим приятелям;
- будешь сообщать об этом всем подряд, забыв о своем обещании хранить тайну.

6. 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:

- сразу же съешь его, не поделившись с товарищем;
- отнесешь мороженое в холодильник и съешь после того, как друг уйдет;
- отдашь мороженое другу;
- поделишься с другом.

Ситуации для обсуждения могут быть самыми разными. Их необязательно придумывать, очень часто их подсказывает сама жизнь. Анализируйте ситуации, которые происходили с вашим дитем или с кем-нибудь из его приятелей. Спрашивайте у него, как при этом вел себя он сам, ребяташки, оказавшиеся участниками происшедшего, кто поступил правильно, а кто нет, а как еще можно было поступить, чтобы никого не обидеть и все было справедливо...

Не оставайтесь равнодушными к тому, о чем рассказывает сын или дочь. Старайтесь проявлять по всем его сообщениям неподдельный интерес или хотя бы заинтересованность.

Задавая ему вопросы, старайтесь незаметно подвести его к правильному решению проблемы. Помогите ему поверить в то, что это решение принял он сам, ведь это так важно для формирования уверенного в себе человека.

Подобное отношение к его личности поможет ему обрести уверенность в себе, и со временем он самостоятельно и достойно сможет справиться с возникающими в жизни сложными ситуациями.

Независимость в суждениях, способность ответственно принимать решения приходит с годами, но можно помочь дошкольнику приобрести эти качества раньше. Прежде всего научите его критично расценивать собственные поступки. В этом поможет «Волшебная шкатулка». Сделайте ее из какой-нибудь коробочки или любого ненужного футляра, а также приготовьте жетоны двух цветов, например красного и зеленого. Пусть каждый вечер ваш малыш помещает в эту шкатулку жетоны с учетом того, какой поступок он совершил: хороший – опускает красный жетон, плохой – зеленый. В конце недели откройте шкатулку и посмотрите, каких жетонов больше, попросите его рассказать, когда он поступил очень 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, как нужно было повести себя в данной ситуации.

Не навязывайте малышу свою волю. Если вдруг между вами возник спорный вопрос, не обязательно при его решении последним должно быть именно ваше слово. Помните об интересах ребенка. То, что единственно правильное на ваш взгляд, далеко не всегда правильно с его точки зрения. Умейте выслушать его, каким бы спорным, по вашему мнению, ни было его мнение. Непонимание со стороны родителей даже в таком возрасте может надолго создать психологический барьер в общении с другими людьми.

Если ребенок не хочет рассказывать о плохих поступках, не настаивайте на этом. Тот факт, что он не хочет говорить о плохом, уже свидетельствует, что он осознает неправильность своего поведения и в следующий раз не повторит подобного.

Обязательно похвалите малыша за хороший поступок, за правильно принятое решение.

Предоставьте право решать некоторые проблемы ему самому. У него все-таки своя жизнь. Согласитесь, что мальчик предпочтет получить оплеуху от своего более сильного товарища и после этого вступить с ним в игру, чем прятаться за мамину юбку. Да и девочка, поссорившись с подружкой из-за красивой куклы, очень скоро забудет свою обиду и, скорее всего, продолжит игру, а не побежит к маме или бабушке.

Для полноценного общения необходимо с самого раннего детства развивать у малыша чувство юмора. Люди, умеющие со смехом, улыбкой, шуткой выйти из затруднительной ситуации, всегда в центре внимания. Они, как правило, живут в

ладу с окружающими в любом коллективе – детском, взрослом или разновозрастном.

К сожалению, в повседневности мы редко встречаем людей с открытой, доброжелательной улыбкой. Вероятно, это связано с трудностями нашей жизни. Но чтобы ваше дитя всегда могло быть душой любой компании, формируйте это чувство с самого раннего возраста.

Начните с воспитания чувства самоиронии. Ни в коем случае не путайте его с самоуничижением, заниженной самооценкой. Позже самоирония поможет ему проще смотреть на собственные недостатки (вспомним случай с девочками-тройняшками), легко выходить из непростой ситуации самому или помогать в подобных случаях товарищам. Приобретая с вашей помощью это замечательное качество, вместо плача на обидную дразнилку или прозвище он ответит улыбкой или скажет что-нибудь свое, смешное, но безобидное, тем самым пристыдив обидчика.

Начните как можно раньше, и тогда он будет готов к преодолению трудностей жизни, ее тернистых тропок и ухабов.

Итак, вы проделали большую работу, ежедневно занимаясь со своим ребенком. А теперь снова вернитесь к вопросам, с которых начиналась эта книга. Надеюсь, теперь на большинство из них вы ответили положительно. Значит, ваш малыш обрел желанную уверенность в себе, он готов к новым знакомствам и верной, преданной дружбе.

