

Как помочь ребенку стать более общительным?

Далеко не всем детям легко адаптироваться в новой компании, быстро освоиться в школе или детском саду, без труда заводить новых друзей и легко находить общий язык со сверстниками. Безусловно, более общительным людям легче идти по жизни и они добиваются больших успехов по сравнению со своими робкими ровесниками.

Многие родители думают, что детям свойственно меняться. Это правда, но, к сожалению, эти перемены наступают не так быстро или же вообще не наступают. Поэтому к вопросу робости и застенчивости ребенка не нужно подходить легкомысленно, думая, что он перерастет и станет как все. Детям, испытывающим трудности в общении, нужно помогать как можно раньше.

В действительности достаточно большой процент детей не умеют общаться и испытывают от этого немалый дискомфорт. Они начинают уходить в себя, становятся необщительными и скрытными, быстро утомляются, плохо кушают и имеют низкую успеваемость в школе. Необщительный ребенок часто отмалчивается, когда его о чем-то спрашивают, ему не нравится играть с малознакомыми детьми, он страшно боится оказаться в центре всеобщего внимания. Поэтому таким деткам нужно помогать, их следует учить налаживать отношения с другими людьми,

- Как правило, навыки общения любого человека закладываются с раннего детства, и в первую очередь самое большое влияние на развитие этих качеств оказывает семья, в которой он воспитывался.

Есть несколько наиболее распространенных причин, по которым дети могут уводить в себя:

1. Недостаток или отсутствие внимания со стороны самых близких: для малыша людей - мамы и папы, Нередко в столь нежном возрасте ребенка постоянно оставляют на попечение бабушки, няни или старшей сестры. При этом ребенок не чувствует себя с ними нужным и важным. Нехватка любви и внимания провоцирует замкнутость в себе.

2. Непокойная мама, которая все время чего-то боится, нервничает или подолгу находится в подавленном состоянии. Ребенок в свою очередь тоже боится сказать или сделать что-то не то, боится, что мама его поругает и опять станет нервничать и переживать. Этот страх и порождает уход в себя как изоляцию от внешних проблем

3. Чрезмерная опека и сверх забота любящих родителей. В этой ситуации мама и папа подавляют своей заботой ребенка, они сопровождают каждый его шаг, чих и дыхание, стараясь постоянно предугадать желание малыша, сделать все для него и за него. Чтобы хоть ненадолго отдохнуть от них, от их постоянного присутствия, ребенок замыкается в себе,

Кроме того, большое значение для развития ребенка имеет и общая психологическая атмосфера в семье: как родители общаются друг с другом, в какой манере, как относятся к своим родственникам, к окружающим людям,

Необщительный, робкий ребенок зачастую избегает контактов просто потому, что он не знает, как нужно общаться с малознакомыми ему людьми, у него нет такого успешного опыта, ведь он совершенно не владеет простыми навыками общения, И задача родителей в этой ситуации - научить своего ребенка этим навыкам. Есть дети, которые быстро обучаются навыкам общения, а есть и такие, которым нужна небольшая тренировка. Это не так уж и сложно, ведь уверенно используя хотя бы 3-4 фразы, страх ребенка перед общением начнет постепенно уменьшаться.

1. Научите ребенка знакомиться

Умение знакомиться - это уже половина дела на пути к успеху. Большинство детей боятся подойти к другому ребенку и познакомиться просто потому, что они не знают, что им надо говорить, Для этого дома можно порепетировать с ребенком: сначала родитель будет в роли своего ребенка, а тот - в роли незнакомого мальчика на площадке, а потом наоборот. Следует научить ребенка, как представляться, например: «Привет, меня зовут Саша. А как тебя зовут?».

По возможности научите ребенка смотреть собеседнику в глаза, когда он произносит эту фразу. А деток постарше уже можно учить протягивать руку при встрече.

2. Научите ребенка присоединяться к группе детей

Часто на улице можно увидеть картину, как некоторые дети с интересом наблюдают за группой своих сверстников, которые увлеченно играют неподалеку. При этом они так и не решаются подойти и присоединиться к ним.

В этом случае ребенка также следует учить, как это нужно делать. Порепетируйте дома, один из вас будет говорить: «А давайте сделаем...», а второй будет отвечать «Ну хорошо...». Ребенок должен понять, что подойти к детям своего возраста - легко и совсем не страшно, Главное - проявить инициативность и гибкость. Кроме того, родители и сами на собственном примере могут показать детям, как это нужно делать.

3. Научите ребенка интересоваться и задавать вопросы

Поясните ребенку, что умение слушать собеседника очень важно, Ему ведь приятно, когда его опущают. Пусть и он научится слушать, не перебивая, проявляя интерес к словам говорящего и задавая уточняющие вопросы. Методы обучения в этой случае остаются те же: проигрывание ситуации по ролям и личный пример родителей. Научите ребенка задавать основной вопрос по теме, а уже к нему - задавать уточняющие вопросы.

4. Научите ребенка хвалить собеседника

Любому человеку приятна похвала, а особенно, когда она сказана по делу. Научите своего ребенка произносить приятные слова в поддержку говорящего. Фразы к собеседнику типа: «Ты молодец», «У тебя это хорошо получилось», «Ты так классно справился с...», «Отличный выбор» как по волшебству изменят его отношение к вашему ребенку в лучшую сторону, привлекут внимание и вызовут доброжелательное отношение.

5. Поощряйте смелые поступки ребенка

Основным шагом на пути к избавлению от застенчивости является проявление смелости, Родители должны поощрять разумный риск и подталкивать к нему ребенка во всех случаях, когда это возможно. Особенно, если ребенок делает что-то в первый раз. Пусть девизом всех ваших начинаний станет фраза «Давай попробуем!», которая обеспечит вашему ребенку энергию и силы для решения любой жизненной задачи.

Дорогие родители, поощряйте любое проявление желания ребенка пойти на контакт со своими сверстниками. Только благодаря поддержке со стороны своих близких он сможет побороть застенчивость и стать общительным человеком.