

Вы, ваш ребенок и его друзья

Как быть, если ваш ребенок вдруг поссорился с лучшим другом? Или подружка, с которой ваша дочь делилась всеми секретами, больше не хочет ее знать? Советы психолога помогут вам справиться с ситуацией.

С одной стороны, вам хочется помочь ребенку и избавить его от страданий. С другой, – вы понимаете, что от переживаний никто не застрахован, а от любой мелочи детей не уберечь. Разумеется, в первые дни после разрыва накал страстей будет наивысшим. Но что, если даже спустя время, ребенок не сможет справиться с предательством или обидой? Что, если он не сможет найти новых друзей? Некоторые дети быстро переключаются на новый круг общения, а для некоторых установить близкие отношения – задача не из легких. После десяти лет, считают психологи, у ребенка начинается время активного самоопределения. Ребенок начинает задумываться о том, чем он хотел бы заниматься в будущем, искать свое место в обществе, а ведь пока его общество – это те, кого он встречает в школе и после уроков. Постепенно дети все больше эмоционально отделяются от родителей, а мнение друзей и одноклассников становится все более важным. Но социальные навыки, которыми обладают школьники, все еще минимальные. Именно поэтому в средней школе ребята так часто меняют друзей – они ищут совпадений, а сделать это можно только методом проб и ошибок. Добавьте сюда гормональные изменения, быстрый рост и лидеров, которые могут безжалостно третировать слабых ребят (это касается как мальчиков, так и девочек).

Но как при всем этом вести себя родителям? Стоит ли бесстрастно наблюдать за происходящим или попытаться защитить ребенка от неприятностей? И, хотя универсальных рецептов не существует, все психологи сходятся в одном: установление дружеских отношений – это проблема вашего ребенка, а не ваша. И с поддержкой взрослых или без нее, но с этим он должен справиться сам.

Детская дружба – это репетиция серьезных и взрослых отношений. Ребенок учится таким вещам, как доверие, близость, верность. И, если ваше вмешательство слишком настойчиво, это не позволит детям приобрести опыт, который в будущем может оказаться бесценным. Однако это не означает, что родителям нужно оставаться в стороне. «Иметь друзей может только тот, кто сам умеет быть другом».

Ральф Вальдо Эмерсон, американский философ и поэт.

Если ребенка бросил друг.

Начните разговор. Хотя не стоит слишком опекавать ребенка, не забывайте, что вы для него сейчас – основная опора и поддержка, поэтому обязательно попытайтесь поговорить о его переживаниях. Детям чаще всего хочется поделиться своими проблемами, и, если родители при этом не осуждают и не читают нотаций, разговор по душам состоится. Лучшее, что вы можете сделать,

– это дать понять ребенку, что вы готовы выслушать его в любое время. Одному ребёнку будет достаточно предложения попить вместе чаю для начала разговора. Другому не так просто начать говорить о наболевшем, поэтому со стороны родителей потребуется терпение и шаг навстречу. Не стоит спрашивать: «Ты переживаешь из-за того, что Катя с тобой больше не дружит?» Ответом вам будет скупое «да» или «нет». Спросите: «Как ты думаешь, почему она так поступила?» И скорее всего ребенок начнет размышлять вслух.

Второй важный момент – не критикуйте поступки ребенка и не давайте советы, о которых вас не просили. Если родители пытаются диктовать, как, по их мнению, стоит поступать ребенку, диалог прекращается.

Помогите ребенку взглянуть на происшествие в перспективе. Вот типичный случай: 9-летняя Юля очень страдала от того, что ее постоянно дразнила девочка, которую она считала лучшей подругой. И, хотя Юля тяжело переживала насмешки, она не хотела отказываться от своей «подруги». В подобном случае стоит сесть и обстоятельно поговорить с ребенком о том, какой смысл он вкладывает в понятие «друг». Как ведут себя настоящие друзья? Поддерживают ли они друг друга? Не дают в обиду? И какое поведение недопустимо по отношению к друзьям?

Если вы заметили, что причиной разрыва стало неправильное поведение вашего ребенка, об этом нужно сказать, но в мягкой форме. Прежде всего стоит похвалить за то, что для ребенка важна дружба. А затем постарайтесь как можно нежнее объяснить, что некоторые поступки, которые ребенок совершает, не только не помогают ему добиться желанной цели, но даже мешают. К примеру, мальчики часто пытаются показаться веселыми и остроумными, а в результате больно ранят окружающих своими шутками. Помогите понять, в чем ошибка, и поговорите о том, что можно изменить и как менее болезненными способами произвести впечатление на окружающих.

Постарайтесь расширить круг общения. Новые знакомства помогают ребенку отвлечься и начать все сначала. Это особенно полезно, если отношения в школе оставляют желать лучшего. Одноклассники знают своих друзей как облупленных, и очень сложно изменить то, как тебя воспринимают. Идеально подойдут художественная студия, спортивная секция, дискуссионный клуб, где занимаются ребята разного возраста. Расширить круг общения полезно, даже когда у ребенка есть друг в школе: если закадычный приятель заболел или уехал, ваш ребенок не будет чувствовать себя в изоляции.

Реже пользуйтесь словосочетанием «лучший друг». Такая характеристика создает идеальный образ, отсюда идут завышенные требования. Чаще всего дружба, которая завязалась в начальной школе, проходит, когда дети

вырастают. Ребенку нужно понимать, что это нормально: если у тебя изменились интересы, могут появиться и новые друзья. В книгах и фильмах мы часто встречаем истории о настоящей дружбе, которая зародилась еще в детстве и прошла все испытания. Но в жизни это встречается редко.

Не относитесь к чувствам ребенка пренебрежительно. Ни в коем случае нельзя говорить: «Ерунда, подружисься с кем-нибудь еще!» Дайте ребенку понять, что вы осознаете, как ему не просто, и готовы его поддержать. Можно рассказать о ваших переживаниях в том же возрасте.

Не ругайте бывшего друга. «Я даже рада, что ты с ним больше не дружишь! Он ленивый и хулиган, теперь ты даже учиться стал лучше!» – подобных вещей лучше не говорить. Дети ссорятся, а потом мирятся. И, если ваш ребенок наладит отношения с другом, эти слова вам вполне могут припомнить, и не раз.

Не звоните родителям друзей. Как бы вам ни хотелось помочь, не позволяйте втягивать себя в выяснение отношений с бывшими друзьями и их родителями. Для родителей естественно защищать своих детей, обвиняя других во всех смертных грехах. Поэтому, если не хотите услышать неприятных слов о своих детях, не вмешивайтесь. Важно, чтобы ребенок понимал: вы верите в его силы и в то, что он справится с ситуацией.

Когда ваш ребенок бросил друга.

Помогайте и поддерживайте. Поговорите о том, как прекратить отношения с наименьшими потерями. Порепетируйте, что можно сказать бывшему другу, чтобы не обидеть его. В некоторых случаях стоит даже отрепетировать диалог по ролям. Научите ребенка строить так называемые «я-фразы», которые звучат менее категорично и менее обидно для собеседника, чем «ты-фразы». Не стоит говорить: «Ты не умеешь кататься на роликах, поэтому мне с тобой не интересно». Гораздо лучше так: «Я теперь хожу на спортивные занятия, и у меня меньше времени после школы».

Поделитесь своим опытом. Умение завязывать и завершать отношения – это такой же навык, как и все остальные. А это значит, что ребенку нужны примеры и модели для подражания. Истории из вашей жизни или из жизни ваших знакомых помогут ребенку осознать, что идеальной дружбы не бывает и трения между друзьями неизбежны. Вероятно, он сможет взглянуть на своего друга менее критично и захочет сохранить отношения. Прекрасно, если вам удастся донести до детей и такую мысль: *близких друзей не бывает много, но могут быть и приятели, с которыми интересно проводить время.*

Не позволяйте себе давить на ребенка. Даже если вашему ребенку нет и семи лет, он имеет право выбирать, с кем дружить, а с кем – нет. Вы не можете

настаивать на ваших желаниях. Когда ребенок чувствует, что вы недовольны его поведением, он может чувствовать себя виноватым. Наоборот, задача взрослого – объяснить, что ничьей вины тут нет.

Когда все серьезно.

Но все-таки бывают ситуации, в которые взрослые обязаны вмешаться, причем как можно скорее. Если вы подозреваете, что есть угроза психическому или физическому здоровью одного из детей, необходима помощь взрослых. Нередки случаи, когда бывший друг не просто разрывает отношения, но и уговаривает других одноклассников устроить ребенку бойкот. В таких ситуациях можно смело обращаться к преподавателям и даже к директору школы.

Кроме того, вам могут помочь психологи, которые специализируются на подростках (хороший вариант для начала – бесплатный школьный психолог: даже если конфликт произошел за пределами школы, вам могут помочь советом). Тревожные симптомы, которые должны стать сигналом к немедленному вмешательству взрослых, – это нарушения сна, потеря аппетита, отказ ребенка идти в школу и (в крайних случаях) суицидальные мысли. Если конфликт продолжается дольше трех месяцев, обращайтесь за помощью к специалистам. Даже если ребенку нет и семи лет, он имеет право сам решать, с кем дружить.

Как быть с другом-хулиганом?

Как себя вести, если ваш ребенок выбрал в друзья отъявленного хулигана? Главный совет: не торопитесь запрещать общение, если только у нового друга не было неприятностей с законом. Если вы попросту не разрешаете ребенку дружить с кем-то, то неизбежно начнется война.

Прежде всего присмотритесь к новому другу. Может быть, он не так плох, как кажется? Постарайтесь выяснить, что привлекло ребенка к новому приятелю. «Вы быстро подружились. У вас общие интересы?» – «Твоя новая подруга не похожа на других девчонок, чем она тебе понравилась?»

Поделитесь своими опасениями. Будьте предельно аккуратны со словами. «Я слышала, что за драку на улице он попал в милицию. Это правда?» Если вы волнуетесь, разрешите детям первое время видаться у вас дома, под вашим присмотром.

Если вы убедились, что новый друг плохо влияет на вашего ребенка, запретите им общаться. Скажите: «Твоя безопасность для меня дороже всего». И корректно перечислите причины.
