**Как научить подростка общаться со сверстниками**

Личное окружение подростка очень важный для него фактор. Если возникают проблемы общения со сверстниками, необходимо помочь ребенку наладить отношения.

**Инструкция**

1. Для начала необходимо выяснить причину, почему у ребенка нет друзей, почему возникают конфликтные ситуации, а может, ребята просто не воспринимают вашего подростка и записали его в изгои. Ненавязчиво, откровенно поговорите с ребенком, выяснив причину, действуйте по ситуации. Помогите развиваться в нужном направлении. Определите, каких качеств не хватает вашему подростку, уверенности, самостоятельности и так далее. Помогите ребенку поработать над укреплением необходимых качеств.
2. Помогите ребенку, приблизится к интересам компании, в которой хочет быть подросток. Если ребята занимаются фотографией, музыкой, спортом, другими увлечениями, запишите ребенка на соответствующие занятия. Не препятствуйте, если подросток стремится выглядеть как друзья и для этого придется сделать замысловатую прическу и купить новые джинсы.
3. Если подросток, в силу своей импульсивности, поссорился с другом и решил разорвать отношения, остановите его. Попросите рассказать вам причину конфликта, вместе проанализируйте ситуацию, возможно конфликт не такой уж серьезный, чтобы отталкивать от себя друзей. Учите ребенка ценить людей, прощать, давать второй шанс.
4. Если подросток слишком застенчив, ему тяжело сходиться с людьми, тогда необходимо поработать над его уверенностью в себе. Помогите ребенку выглядеть более привлекательно, новая прическа, стильные вещи, подросток должен выглядеть ухожено и аккуратно и нравиться в первую очередь себе. Отправьте его на фитнес, в сорт зал, уверенности в себе добавит хорошая подтянутая фигура. Также помогут специальные тренинги или курсы, которые развивают коммуникабельность и борются застенчивостью.
5. Все люди слишком разные и стремиться угодить всем, быть интересным для каждого невозможно. Поощряйте подростка быть самим собой и любить себя таким, каков он есть. Люди не любят фальши и притворства. Когда ребенок будет воспринимать самого себя, он обязательно притянет друзей, которые имеют схожие с ним интересы.
6. Чтобы наладить у ребенка умение общаться, родителям каждый день нужно уделять ему время и беседовать обо всем на свете. Задавайте вопросы, поощряйте ребенка больше говорить, учите его поддерживать беседу, находить новые темы для разговора.