**Тема: Ребенок среди сверстников**

**Цель:** повышение эффективности взаимодействия родителей с собственными детьми-подростками, повышение компетентности взрослых в вопросах подросткового возраста.

**Задачи:** информировать родителей о психологических особенностях подросткового возраста, о значимости общения ребенка среди сверстников и среди взрослых, развития коммуникативной культуры, помочь родителям раскрыть личностные возможности их детей.

Любые переходные периоды в жизни человека всегда связаны с проблемами. Переход учеников из начальной школы – это сложный и ответственный период; от того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка. Наша задача – разобраться в том, что происходит сейчас с нашими детьми, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь мы можем оказать ребятам.

Подростковый возраст (10-15 лет) – период бурного роста и развития организма.

Родители считают детей этого возраста трудными, "неслухами", педагоги и психологи называют этот период "переходным", "критическим". Многочисленные житейские наблюдения за подростками и не менее многочисленные научные исследования подтверждают действительную сложность происходящих в этом возрасте процессов развития.

Общение в подростковом возрасте является жизненной необходимостью для ребенка, 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.

В 10-15 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 рожденья; сидит дома по выходным или гуляет только с родными.

Частыми причинами, вызывающими затруднения в общении 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 всѐм. 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 картинки на тему «Моя школа», «Мой класс», «Мои школьные друзья», «Я и класс» и т.д. Конечно, не всѐ сразу, а постепенно. Расспрашивайте, что он нарисовал, кого изобразил черным, коричневым или серым цветом, какого размера, в какой части листа. Рисунки покажут проблему.

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:

1. Расспрашивайте подростка о том, как прошел его день, учите анализу событий, подскажите, как правильно выразить свои чувства и поощряйте регулярные и интересные рассказы;

2) 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.