

## ЕСЛИ У РЕБЕНКА ЕСТЬ СЛОЖНОСТИ С КОММУНИКАЦИЕЙ

Если у ребенка есть **сложности с коммуникацией**, то мы анализируем три основные причины:



### 1. Личностные особенности ребенка.

«Вот такой он у нас с детства» — распространенная формулировка.

На самом же деле ребенок может быть вовсе не «таким» по характеру. Может оказаться, что все зависит от конкретной ситуации: он прекрасно общается в одних условиях и замыкается / теряется / проявляет агрессию / не слышит собеседника в других обстоятельствах.

### 2. Не хватает опыта, умений.

Этот фактор обычно связан с тем, как организована жизнь семьи. Дело не в желании или нежелании ребенка общаться, а в недостатке практики общения, в том числе (и это крайне важно) — со сверстниками.

Если ребенок постоянно в занятиях или на домашнем обучении, или еще по какой-то причине мало проводит времени со сверстниками, обратите внимание на ситуацию.

### 3. Неудачные паттерны (модели) общения.

Ребенок воспроизводит в коммуникации то, чему неосознанно научился у взрослых.

Как раз о третьей и первой причинах мы поговорим подробнее в сегодняшнем письме.

### Смотрим на 360 градусов: какие модели копирует ребенок

Паттерны — это типичные способы общения, ситуации, сценарии, в которых находится ребенок, например:

- оценивающие общение, когда родители без конца друг друга оценивают и сравнивают;
- избегающее общение — при любом конфликте один из взрослых сразу уходит от общения;
- преследующее общение — один без конца пытается общаться с другим, а другой не хочет общаться.

*Модели коммуникации в семье часто становятся ключом к пониманию, почему ребенок общается именно так, почему проявляются определенные сложности. Если ребенок постоянно включен в неэффективный способ общения внутри какой-то ситуации, то он такое же общение демонстрирует и за пределами этой ситуации.*

Рассмотрим «классический» пример: родители обращаются к психологу, потому что у ребенка нет друзей в школе →

Начинаем разбираться. У ребенка не получается установить контакт со сверстниками.

В разговоре ребенок обвиняет других детей: «они неправильно играют» и «все не так делают».

Смотрим дальше. В общении мамы и ребенка много обвинений: то она что-то делает «не так», то он «все делает неправильно».

Выясняется, что между мамой и папой напряженные отношения: отец постоянно озвучивает обвиняющие тексты в адрес мамы, а мама критикует папу в общении с подругами.

Фактически с раннего возраста ребенок находится в ситуации иерархического обвиняющего общения, когда кто-то все время должен быть «сверху» и знать «как надо».

Естественно, когда ребенок приходит в школу, он старается разыграть знакомую пьесу, потому что понимает, как в этой истории

взаимодействовать. Но почему-то другие люди не хотят в ней участвовать.

Сверстники часто отрезвляюще действуют — они не собираются играть роли, которые привычны для всех членов семьи ребенка:

— либо сверстники должны быть главными, показать ему «как надо», и тогда он чувствует себя вечно обиженным;

— либо он должен над ними возвышаться, а они должны делать все так, как он говорит.

Ребенок просто не знает, как можно взаимодействовать иначе, — и у него возникают проблемы в общении.

В таких ситуациях нет смысла говорить об особенностях ребенка — о том, что он, например, слишком тревожный или медлительный «от природы».

Здесь речь о том, что именно паттерн, привычка взаимодействовать определенным образом, оказывает влияние на то, как ребенок общается.

*Если у ребенка что-то не складывается в общении, начинать нужно именно с паттернов — чтобы понять, в каком стиле он привык общаться. И уже после переходить к личностным особенностям ребенка.*

**«А может, все же ребенок такой?»**

#### **6 условных типов детей:**

- неуправляемые (возбудимые);
- тревожно-мнительные;
- «странные» (с особенными идеями, необычным поведением);
- отстающие (медлительные, с трудом обучающиеся);
- демонстративные;
- агрессивные.

Такой классификации нет ни в психологии, ни в медицине. Это портреты, собранные на основе обратной связи от родителей и других близких детям взрослых.

## Дети разных типов



Личностные особенности ребенка определяют, какие звенья в процессе общения «западают». Попробуем проанализировать, что стоит за трудностями в коммуникации, например, у тревожно-мнительных и возбудимых детей и как родители могут помочь им.

### Тревожно-мнительные дети

Самая главная проблема — запредельная тревога при контакте. Им адски сложно выдерживать изменения эмоционального состояния — и своего, и партнера — а также проявлять инициативу.

#### Тревожно-мнительные дети



Как действовать родителям?

Все логично: нужно сделать так, чтобы тревоги от общения было как можно меньше. Меньше тревоги — общение сразу становится более успешным для ребенка.

Мы можем помочь ребенку преодолеть первичную тревогу при установлении контакта. Например, организовать поход в кино с кем-то из одноклассников или приготовить вместе пиццу дома, или провести время за настольной игрой.

Помогаем на первом шаге, а затем удаляемся.

Если возникают конфликтные ситуации, мы включаемся, находимся рядом. Это не значит, что мы решаем за ребенка все проблемы в коммуникации. Но разными способами мы идем к тому, **чтобы ему не было так страшно** — чтобы условия и обстановка были знакомы и понятны ребенку, чтобы он знал, что может рассчитывать на нашу помощь.

А дальше, если говорить уже о развитии, постепенно усложняем задачу. Это «зона ближайшего развития»: сначала ребенок делает что-то с нашей помощью, потом мы находимся рядом и лишь поддерживаем его, постепенно он начинает делать самостоятельно.

Так очень плавно и бережно развивается способность справляться со своей тревогой в ситуации общения.

И, конечно, все время помним: тревожно-мнительные дети — такие по своему складу, по темпераменту, и «звено» установления контакта будет и дальше у них немного страдать. Нужно плавно адаптироваться к этим особенностям.

### **Возбудимые дети**

Сложности в общении уже совсем иные: такие дети не удерживаются в контакте, теряют информацию от собеседника, путают ее.

Они не контролируют эмоции в сложных ситуациях общения, не соблюдают границы общения. Могут начать щекотать незнакомого человека, отвлечься, убежать в середине разговора, реагировать неадекватно ситуации и т. д.

## Неуправляемые (возбудимые) дети



Как действовать родителям?

Главная задача — учить ребенка удерживаться в контакте, сохранять внимание.

Здесь масса способов. Например, мы говорим ребенку, чтобы во время общения он смотрел собеседнику на зону между бровей, тем самым фиксируя внимание. Или засекаем время: «Сможешь 5 минут стоять разговаривать и никуда не бежать?»

Для возбудимых детей подобные способы работают. А далее по мере развития внимания будут уходить и проблемы с общением.

### Вывод

В зависимости от причины трудностей в общении, мы выбираем стратегию помощи ребенку →

Если это личностные особенности ребенка, то ищем способы компенсировать эти особенности.

Если ребенку не хватает опыта и умения, то думаем, как создать для него нужную ситуацию, чтобы наработать практику.

Если это неудачные паттерны общения, которые ребенок забрал от нас же, то стараемся поправить свои способы общения и показать ему более удачные.

Педагог-психолог Антонова И.Г.