

# КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ ПЛОХОЙ КОМПАНИИ



Большинство родителей боятся, что их ребенок свяжется с «плохой компанией». Подобные опасения становятся особенно актуальными в подростковом возрасте. Уличные драки, курение, распитие спиртных напитков, наркомания и токсикомания, вызывающее поведение на улице, разговоры с применением мата... список опасностей довольно большой. Кроме этого, существуют значительные риски «нарваться» на плохую компанию в Интернете, где появилось много опасных групп — суицидальные субкультуры, опасные игры, религиозные секты и даже группировки.

## ***Какие дети больше всего подвержены чужому влиянию***

Пока ребенок посещает детский сад и начальную школу, он может то следовать за кем-то, то лидировать, так как в это время идет формирование идентичности: он познает себя, исследует окружение. И если ребёнок всегда оставляет решение сверстникам, то его шансы попасть в плохую компанию в будущем значительно повышаются.

Чаще всего под влияние попадают дети, обделенные вниманием в семье; обиженные на родителей; гиперопекаемые; тихие, стесняющиеся говорить «нет».

## **Уберечь от дурного влияния. Как?**

В общении с ребенком старайтесь придерживаться следующих принципов:

- 1. *Разговаривать «по душам», слушать и слышать.*** Если уходить от диалога, ссылаясь на занятость, то в будущем дети будут всеми средствами искать внимания и участия у чужих людей. Объяснять, что хорошие друзья – это те, кто вдохновляет и поддерживает, а не те, кто вечно критикует, «берет на понт», подталкивает к неправильным/некрасивым/опасным поступкам. Учите ребенка аргументировать свою точку зрения, задавать вопросы, развивать критическое мышление, принимать собственные решения и делать правильные выводы. Это поможет принимать осознанные решения и отличать плохую компанию от хорошей.  
Обсуждайте с ребенком опасности и последствия, связанные с плохой компанией: негативное влияние на учебу, вовлеченность в опасные ситуации или проблемы с законом. Объясните, что правильный выбор друзей может повлиять на будущее.
- 2. *Объяснять решения и намерения.*** При принятии любого решения, затрагивающего интересы ребенка, необходимо объяснять, почему вы поступаете именно так. Фраза «потому что я так решила» порождает обиды и способствует утрате близости и доверия. Со временем подросток научится подчиняться чужим решениям — это будет гораздо проще, чем принимать и отстаивать собственные — как говорится, «кто на что учился». Если ребенок будет чувствовать поддержку и понимание, то будет больше доверять вашим советам и рекомендациям.
- 3. *Повышать самооценку.*** Даже если подросток совершил какой-то проступок или принёс плохую оценку, нельзя его унижать, называть плохими словами и уж тем более не прибегать к физическим наказаниям — это лишает ребенка самоуважения. Поощряйте любые успехи. Научите чадо ставить цели и покажите, что они достижимы. Формируйте цепочку мышления – «я могу, я смогу, я смог». Предложите взять обычную тетрадь и записать в нее задачи, которые «по плечу»: например, можно поставить три ключевые цели на лето – научиться подтягиваться 10 раз, выучить 100 новых английских (японских) слов, научиться плавать или кататься на роликах.



1. **Давать больше самостоятельности.** Желание родителей «подстелить соломку» вполне понятно, но неконструктивно. Надо контролировать, но не опекать: позволять ребенку, где возможно, учиться на собственных ошибках. Контроль должен быть здоровым — не надо слишком вторгаться в личное пространство. Честность в отношениях и доверие дадут детям уверенность в себе. Ребенку с раннего возраста необходимо давать возможность принимать собственные решения. Например, самому выбирать, как одеваться, какую прическу носить, какие кружки посещать, что подарить однокласснику, какие обои поклеить в своей комнате и т. д. Неумение сделать выбор ведет к неуверенности в себе и безответственности.
2. **Учить говорить «нет» и устанавливать личные границы.** Самая главная ценность – это жизнь человека, его достоинство, право иметь свою точку зрения. Внушайте подростку, что никто не вправе принудить его делать то, что он не желает.

3. **Развивать ораторские способности.** Иметь собственное мнение и уметь высказать его – не одно и то же. Развитие ораторских навыков стоит начать с контроля своей речи в течение дня. Во-первых, убрать слова-паразиты и незаконченные предложения. Далее — больше читать — по ролям и по очереди, стремиться к постоянному обогащению словарного запаса. Умение выразить своё мнение очень важно, потому что в этом случае человеку трудно навязать свою волю.
4. **Договариваться.** Не стоит ставить ультиматумов. У подростков сильно развито чувство протеста — если запрещать им что-либо в ультимативной форме, например, дружить с «плохими ребятами», то они сделают наоборот.
5. **Поощрять увлечения и развитие.** Постарайтесь предоставить ребёнку возможность заниматься спортом, искусством, музыкой, волонтерской деятельностью или другими хобби. Участие в таких занятиях поможет найти друзей, которые разделяют его интересы.

Если замечаете, что ребенок, несмотря на все усилия, все-таки попал под влияние сверстников-хулиганов или в плохую компанию, не стесняйтесь обращаться за помощью к профессионалам. Специалисты смогут оказать поддержку и предложить стратегии решения данной проблемы.

*Гавриленко Татьяна Ивановна – педагог – психолог,  
консультант Службы психолого-педагогической,  
методической и консультативной помощи родителям.*

*Запись на бесплатную консультацию по телефону*

*8 416 2 226 247*