

Jak pomóc dziecku znaleźć przyjaciela?

Przyjaciel... Osoba, która zawsze nas wesprze, zrozumie i staje się bratnią duszą. Mimo różnic docenia nas, kibicuje, a w razie potrzeby surowo skarci i doradzi. Tak pokrótce można scharakteryzować przyjaciela. Mając świadomość, kim jest przyjaciel, każdy pragnie go znaleźć, ale nie zawsze jest to łatwe – szczególnie w okresie dzieciństwa. Jak pomóc dziecku znaleźć przyjaciela, który będzie jego lojalnym wsparciem i towarzyszem zabaw?

Jak pomóc dziecku znaleźć przyjaciela?

Twoja pociecha nie jest duszą towarzystwa albo trudno nawiązuje znajomości? Chciałbyś, aby miała grono przyjaciół lub chociaż jednego, z którym spędzałaby czas? To całkowicie naturalne, że rodzicom na tym zależy. Przyjaciel w okresie dzieciństwa bywa nieocenionym towarzyszem, jednak jego znalezienie wiąże się z wysiłkiem i podjęciem pewnych kroków. Niektórzy uważają, że dorośli nie powinni ingerować w relacjach dziecka, które samo powinno znaleźć bratnią duszę. Cóż, należy pamiętać, że skrajności nigdy nie są dobre, a wyśrodkowane i zdrowe podejście mogą być korzystne dla dorastającego dziecka.

Zatem, **jak pomóc dziecku znaleźć przyjaciół? Przeanalizujmy to wspólnie.**

1. Po pierwsze, zamiast od razu zastanawiać się, **jak znaleźć dziecku kolegów**, pomyśl, **dlaczego ich nie ma**. Wyeliminowanie czynnika jest lepsze niż chwilowe „zaleczanie” problemu. Dzięki temu nasze dziecko będzie mieć szansę na znalezienie trwałej relacji, która być może przetrwa aż do dorosłości. Być może Twoje dziecko zmagają się z nieśmiałością albo nie potrafi odpowiednio zaprezentować swojej osoby. Stojąc na uboczu, nie ułatwia innym nawiązania z nią kontaktu.
2. **Porozmawiaj z dzieckiem**. Zapytaj swoją pociechę czy w jej otoczeniu, klasie lub zajęciach dodatkowych, jest ktoś, z kim chciałaby się zaprzyjaźnić. Jeśli tak, to pomóż mu nawiązać relację poprzez zorganizowanie dziecięcego pikniku lub innej okoliczności, podczas której dzieci będą mogły się lepiej poznać.
3. **Nie zmuszaj do przyjaźni z konkretną osobą**. Czasami jest tak, że nasze dziecko wykazuje cechy wytrawnego introwertyka i nie potrzebuje bliższych znajomości niż te, które ma w szkole. Co wówczas zrobić? Nie panikować. Nie próbuj na siłę znaleźć dziecku przyjaciela, zapraszając dzieci znajomych. Nie tylko nie będzie z tego przyjaźni, lecz także Twoja pociecha będzie czuć się niekomfortowo. Introwertycy także nawiązuje przyjacielskie relacje i potrafią być duszami towarzystwa, ale na późniejszym etapie rozwoju. Pozwól zatem dziecku postępować w zgodzie z własnym charakterem i osobowością.
4. **Wyjaśnij, kim jest przyjaciel**. Zastanawiając się, **jak pomóc dziecku zdobyć przyjaciół**, przede wszystkim wskaż mu, jaki powinien być prawdziwy przyjaciel. Dzięki temu dziecko uniknie fałszywych znajomości i poczucia zranienia – oczywiście jest to nieuniknione w życiu, ale można zminimalizować ilość takich przypadków. Jakie cechy wykazuje przyjaciel, zawarliśmy w ramce poniżej.

LP.	JAKI JEST PRAWDZIWY PRZYJACIEL?
1.	Lubi nas takim, jakim jesteśmy – nie chce nas zmieniać.
2.	Zawsze służy swoją radą lub skarceniem, jeśli go potrzebujemy.
3.	Zawsze jest przy nas, gdy go potrzebujemy.
4.	Potrafi wybaczać.
5.	Pomimo różnic, interesuje się naszymi pasjami i hobby.
6.	Wspiera nas w każdej sytuacji.
7.	Możemy mu zaufać.

Oczywiście to nie wszystkie cechy dobrego przyjaciela, ale powyższe elementy mogą być podstawą udanej i długotrwałej relacji. Nie zapomnij wyjaśnić dziecku, czym jest też toksyczny rodzaj przyjaźni, który zdarza się

wbrew pozorom też na wczesnym etapie dzieciństwa. Jeśli nasze dziecko będzie tkwić w takiej relacji, nie tylko może to wpłynąć na jego rozwój emocjonalny, lecz także psychiczny w późniejszym etapie życia.

5. **Zacznij od siebie.** Aby znaleźć dobrego przyjaciela, samemu trzeba być dobrym przyjacielem. Relacja jednostronna nie jest przyjaźnią, więc zadbaj jako rodzic, aby twoje dziecko pracowało nad swoim charakterem, a stanie się materiałem na dobrego kompana zabaw! Ważne przy tym jest kształtowanie umiejętności społecznych u dzieci.
6. **Sam bądź przyjacielem dziecka.** Rodzic nie musi być tylko opiekunem i wychowawcą – idealnie nadaje się na przyjaciela. Spraw, aby pociecha to dostrzegła i mogła zachowywać się swobodnie w Twoim towarzystwie. Wyrażała swoje myśli, uczucia, a nawet zwierzała się ze swoich tajemnic. Pamiętaj jednak przy tym, aby nie włączyć od razu trybu „rodzicielstwa”, który czasami ma skłonność do wyrażenia dezaprobaty na zasłyszane wiadomości. Postaraj się opanować i ciesz się, że dziecko zaufało Ci, dzieląc się swoimi myślami. Takie podejście sprawi, że Wasze relacje będą silne, a w dorosłym życiu dalej będą poddyktowane szacunkiem, miłością i ogromem przyjaźni.
7. **Porażka mimo poszukiwań.** A co gdy **dziecko nie ma przyjaciół w szkole** mimo że bardzo się stara ich zdobyć? Albo gdy potencjalna przyjaźń nie utrzymała się? Należy pocieszyć dziecko po porażce i zapewnić, że to nie koniec świata.
8. **Naucz cierpliwości.** Ten punkt wiąże się z powyższym. Gdy nasza pociecha nie może nawiązać przyjacielskiej relacji, wskaż, że warto być cierpliwym. Jak nie teraz to za jakiś czas na pewno uda się jej zdobyć przyjaciela. Możesz opowiedzieć o swoich zmaganiach w tym temacie albo wskazać, że przyjaźń może przyjść niespodziewanie i nie warto jej szukać na siłę.

Przyjaciel czy pupil?

Czasami dobrym rozwiązaniem jest rozważenie zakupu zwierzątko, który stanie się przyjacielem naszego dziecka. Pies, kot czy inne zwierzątko domowe powinno być jednak dopasowane do osobowości dziecka. Jaki w tym sens? Ogromny. Na przykład dzieci nieśmiałe mogą bardziej się otworzyć przebywając ze zwierzątkiem lub wyzbyć się uczucia osamotnienia, które bywa najbardziej dokuczliwe. Poza tym, dzieci mają to do siebie, że kochając swojego pupila, nie przeszkadza im, że nie potrafi im on odpowiedzieć. Wystarczy, że słucha ich opowieści, merda ogonem i z miłością patrzy w oczy. Oczywiście pupil nie ma być zamiennikiem relacji międzyludzkich, ale jest dobrą drogą ku lepszemu zrozumieniu swoich uczuć i sprzyja nauce empatii oraz odpowiedzialności.

Nie zapominaj, że przyjaciół Twoja pociecha może poznać w innych miejscach niż szkoła. Jeśli dziecko wykazuje jakiś talent, na przykład muzyczny, możesz je posłać na zajęcia dodatkowe z muzyki. Spotka tam rówieśników o podobnych zainteresowaniach/celach, a to będzie dobrą podwaliną do przełamania lodów wstydu i skrępowania.

Jako dorośli mamy podobne problemy z nawiązywaniem przyjaźni co dzieci, tylko czasami mniej się tym przejmujemy. W ferworze obowiązków skupiamy się na priorytetowych aspektach życia i przede wszystkim jesteśmy bardziej odporni na ewentualne porażki i zawody w relacjach przyjacielskich. Dzieci się dopiero tego uczą, więc nie bagatelizuj problemu i na miarę możliwości wspieraj swoją pociechę, aby mogła znaleźć kompana wspólnych zabaw i przeżywania wspólnych emocji.

Bibliografia:

1. O potrzebie bycia lubianym i sposobie dobierania przyjaciół, Anna Klimowicz.
2. Czy trudno znaleźć przyjaciela?, Contentplus.pl sp. z o.o.
3. Prawdziwi przyjaciele - SCENARIUSZ ZAJĘĆ DO ADAPTACJI OPOWIADANIA, POLIN. 4. „O WARTOŚCI PRZYJAŹNI W NASZYM ŻYCIU”, Joanna Jarząbek, Renata Podstawka, 5. Czy trudno znaleźć przyjaciela? - Zintegrowana Platforma Edukacyjna.
6. Jak pomóc dziecku znaleźć przyjaciela? - Akademia Mądrego Dziecka.