**Советы психолога «Что делать, если ребенок попал в плохую компанию»**

Спокойный и послушный ребенок стал огрызаться, задерживается после школы, у него появились от вас секреты? А может, он захотел сделать татуировку и бросить учебу? Скорее всего, у него появились новые друзья, влияние которых на него может быть не слишком позитивным. Любые контрастные изменения — это повод если не насторожиться, то как минимум быть более внимательным к своему ребенку, продемонстрировать открытость и готовность к обсуждениям. Ребенок не в состоянии скрыть о себе все. Он так или иначе дает понять, что есть проблемы, перемены в жизни. И когда родители настроены на ребенка, внимательны к нему — они улавливают, когда что-то идет не так. Особенно важно быть чуткими к подросткам. Чаще связи с сомнительными компаниями происходят в переходном возрасте, так как в этот период становится значимым мнение сверстников и принадлежность к какой-нибудь группе. Группа — это полезное пространство для подростка, потому что можно перенять способы поведения у сверстника, который тебе нравится, повысить самооценку. Здесь дети проходят все этапы: от вступления в группу до лидерства, учатся отстаивать свое мнение, защищать слабого. Все это важно пройти, чтобы научиться гармонично чувствовать себя в обществе, налаживать контакты. К сожалению, группы не всегда бывают социально приемлемыми.

***Почему дети из благополучной семьи попадают в компании "трудных" подростков?***».

Давайте разберемся: кого дети ищут себе в друзья? Все очень просто: подростки выбирают похожую компанию, где дети имеют схожее воспитание, увлечения, интересы. Компании и группы образуются аналогичным образом.  
Чтобы влиться в какую-то группу, надо быть похожим на других ее членов: это может быть употребление особого жаргона или ношение одежды, татуировки. Например, подросток, который стремится стать членом группы малолетних преступников, должен совершить воровство. Примерный подросток, который имеет родительскую поддержку и эмоциональный контакт, чувствует заботу и любовь родителей, интересуется общением с компанией, в которой близкие ему по духу ребята. Хорошо, если дети занимаются в кружках, находят свое хобби. Если наряду с отсутствием качественного общения в семье нет и увлечения, дети заполняют пустоту извне.Решение ребенка о том, что ему подходит именно эта выбранная компания, где пьют пиво, курят, ругаются матом, — сигнал о том, что есть трещина в семейных отношениях, ценности разрушены, а новые не найдены. Что-то пошло не так, и нужно искать проблему, налаживая доверительные отношения в семье, качественное общение, совместный поиск увлечений, объяснения, как устроен мир, что такое добро и зло.

 Отношения с родителями влияют на то, как подростки выстраивают отношения со сверстниками. Ребята, которые имеют доверительные отношения с родителями, уверены в себе и испытывают меньшую потребность подстраиваться под требования сверстников. Поэтому, когда им приходится принимать какие-то решения, они ориентируются в первую очередь на мнение своих родителей. В «плохую компанию» могут попасть дети из семей как с авторитарным стилем воспитания, так и с попустительским (отсутствие какого-либо контроля, безразличие, вседозволенность). Нередко в таких компаниях оказываются ребята с низкой самооценкой либо патологическим нарциссизмом, родители которых не очень в них заинтересованы.Чем ниже самооценка ребенка, тем более он подвержен чужому влиянию.  
Вопрос самооценки очень острый в подростковом возрасте. Это связано и с физиологической, гормональной перестройкой организма, и со смещением фокуса авторитетов (с родителей на сверстников). Родителям подростков важно понимать это — как и то, что их отношения с собственным ребенком влияют на его самооценку.  
Так, у строгих, но последовательных родителей, которые заботятся о своих детях и проявляют интерес к ним, ребенок чаще имеет высокую самооценку. Подростки с низкой самооценкой уязвимы, тревожны и, как следствие, более подвержены чужому влиянию. Им трудно постоять за себя, отстоять свои убеждения или точку зрения. Таким детям очень легко внушить любые идеи, ими просто управлять и манипулировать.

***Что должны делать в этой ситуации родители?***

Однозначно необходимо разговаривать с ребенком, налаживать контакт и переформировывать его ценности. Но разговор должен строиться на доверии и не носить авторитарный характер (вроде «чтобы я больше не видел тебя в этой компании!»).  
Говорить с детьми нужно через «я-сообщения». Это золотое правило воспитания. Не «как ты мог так поступить?», а «я переживаю, что ты допоздна гуляешь» или «я переживаю, что совершенно не знаю твоих друзей». Искренне поделитесь с ребенком своими чувствами.  
 Важно быть тактичным, понимающим собеседником, чтобы понять, что движет ребенком, какая у него мотивация. Он хочет быть, как все, или им движет чувство страха? А может, это поиск ярких эмоций, адреналина или просто интерес, например, попробовать алкоголь? Спросите, чего хочет он сам, комфортно ли ему в этой группе, что ему там нравится, хотелось бы ему иметь других друзей.  
 Помогите ребенку найти здоровую альтернативу посиделкам в «плохой компании»: тренажерный зал, курсы, подростковые тренинги, кружки по интересам. Все это позволит ему попасть в другой круг общения, где ребенок сможет увидеть разницу в ценностях новых и старых приятелей.  
 Если ребенок попал в плохую компанию, то зачастую это значит, что он не смог найти себе хорошую. Помогите ему в этом.  
  
Когда вам будут понятны причины, по которым ребенок связался с «плохой компанией», тогда вам удастся найти и совместное решение этой проблемы. Если вы не выясните мотивы ребенка, не наладите с ним контакт, а просто переедете в другую школу, другой район — перемены вряд ли произойдут.

***Как научить детей говорить сверстникам «нет»?***

Подростки зависимы от мнения сверстников, они боятся стать предметом насмешек и издевок, если перестанут, например, общаться с детьми из плохой компании. И чтобы сказать «нет» или «мне это неинтересно», нужна смелость и уверенность, поддержка и опора.    
Для того чтобы научить ребенка отвечать «нет», необходимо дать ему возможность говорить о том, что ему не нравится, с чем он не согласен, высказываться от первого лица и, что немаловажно, аргументировать свой отказ.  
 Это поможет ему понимать себя, сделает его более сильным и зрелым, психологически устойчивым к влиянию окружения. Понятно, что не все «не буду» подростка родители должны принимать. Важно сказать, что он услышан и понят, но в семье есть, например, правила, которые необходимо соблюдать.

***Есть ли работающие способы, как оградить ребенка от плохой компании?***

Самый верный и действенный способ оградить ребенка от плохой компании — это близкие доверительные семейные отношения. Также это:поддержка, которая так нужна подростку с его неустойчивой самооценкой; правила и ограничения, которые дают ребенку ощущение безопасности и чувство любви; организация свободного времени подростка согласно его возрасту, увлечениям и интересам.  
 Серьезная ошибка родителей — слишком раннее снятие всех ограничений, попустительское отношение к ребенку или в противовес этому слишком авторитарный стиль воспитания, когда желания и планы ребенка не имеют никакого значения. Важно найти золотую середину!  
 Ребенок, который попал в «плохую компанию», часто имеет проблемы с самооценкой и с отношениями в семье, а также трудности в общении. К сожалению, взрослые обычно обращаются к специалистам только тогда, когда ситуация уже выходит из-под контроля. Важно быть внимательными и идти за помощью при первых тревожных «звоночках».  
  
**Что делать, если ребенок попал в плохую компанию?**

1. Если ребенок попал в плохую компанию, не нужно кричать на него     или оскорблять – это может только усугубить ситуацию, ведь подросток изначально действует наперекор и будет еще больше доказывать свою правоту.
2. Если подросток попал в компанию хулиганов, рекомендуется невзначай показать, чем это может обернуться. Оставьте на столе газету с заметкой о каком-нибудь пойманном преступнике, посмотрите вместе поучительный фильм с подобным сюжетом. Вы не можете решать, с кем ребенку общаться, однако в ваших силах поселить в его голову сомнения касательно правильности выбора круга друзей.
3. Покажите ребенку альтернативу негативному общению: чаще ходите вместе на концерты, путешествуйте, будьте хорошим собеседником. Переключите внимание ребенка на спорт или другие интересные занятия: пусть он отправляется в походы, занимается альпинизмом или запишется                                      в художественную школу и т. д.
4. Тренируйте у вашего ребенка умение отказывать, ведь очень часто первым шагом в дурную компанию является неумение дать отпор фразе: "А тебе слабо?"
5. Чтобы контролировать ситуацию и пресечь ввязывание в дурную компанию, нужно завести знакомство с друзьями ребенка. Зовите их в гости, устраивайте совместные мероприятия, чтобы ненавязчиво общаться с ними.
6. Помните, что ребенку нужно признание его талантов, умений и способностей: если в семье его не ценят, он найдет единомышленников на стороне, в той самой плохой компании. Поэтому чаще указывайте          на достоинства ваших детей, не боясь, что они зазнаются.
7. Иногда оказывается, что все приложенные усилия по противодействию дурному влиянию не имеют результатов. В таком случае есть смысл поменять место жительство – подальше от предыдущего.
8. Если ребенок попал в плохую компанию, родители не должны относиться к нему излишне строго и критично. Их задача – наставить его на верный путь, сделать так, чтобы ребенок сам понял, что ему скучно в таком окружении, и самостоятельно вышел из дурной компании.

***Что нужно знать родителям о подростковом возрасте?***

1. Родителям важно понимать, что дети в подростковом возрасте уже не совсем дети, но ещё и не взрослые, хотя очень хотят ими быть.

2. В силу подросткового возраста, дети ищут авторитеты. Для подростков авторитет - вовсе не положительный персонаж, а чаще отрицательный. Их привлекает смелость и сила, они ищут проявление силы и встают на сторону силы. В силу своего возраста дети хотят быть смелыми, для подростка плохие сверстники и есть смелые, которые свою смелость проявляют очень странно, например, нагрубить взрослым, это "Смело", "Круто". Этому возрасту свойственно противостояние. Подростки пойдут              за всем неординарным, за теми, кто противостоит устоям и родителям, всему социуму.

3. Каждый подросток желает быть популярным в своей подростковой среде, даже если популярность носит отрицательный характер: курит на школьном дворе, срывает уроки, приходит далеко за полночь. Такая популярность привлекает подростков больше, чем хорошие оценки и поступки.

4. Важно принимать и понимать подростков, когда они говорят: "Я хочу быть, как все". Подростки, хотят ощутить себя частью чего-то. Быть принятым в компании, в этом возрасте у них развито чувство «за компанию» (ради компании начинают курить, пробуют алкоголь и т.д.).

5. Необходимо понимать, что подростки хотят найти себя в обществе сверстников. Своими поступками и отношением, они кричат: «Не мешайте мне найти себя».

6. Важно при этом знать главное, чем лучше взаимоотношения детей и родителей, тем меньше будет проблем с непослушанием; ранее формирование семейных, жизненных ценностей поможет уберечь детей от влияния плохой компании.

***Ценности, которые помогут уберечь детей от влияния плохой компании***

1. Принимать и любить своего ребёнка без условий. Именно такая любовь и принятие позволят вашему ребенку чувствовать себя в безопасности. Не найдя принятия дома, подросток ищет его на улице.

2. Развивайте у ребёнка адекватную самооценку. Под влияние чаще всего попадают подростки с заниженной самооценкой. Те, которые не могут отстоять свою точку зрения. Так, сказать "ведомые". Их потребность в том, чтобы их вели и указывали, что делать. В развитие адекватной самооценки важную роль играют именно родители. Чем выше самооценка вашего ребёнка, тем меньше шансов, что ребенок потеряется в чужом мнении. Научитесь ценить вашего ребёнка не по делам и не по поступкам, а за то, что он просто есть в вашей жизни. Цените его личность, его чувства, его черты характера, даже те, которые вам  не нравятся. Например, медлительность.

3. Хвалите подростка. Никогда похвала не была лишней. Пользуйтесь принципом: прежде чем ругать, скажите минимум три комплимента.

4. Благодарите его за помощь. Возьмите за правило благодарить подростка за любую мелочь.

 5. Просите у него прощение, если вы виноваты. Делайте это первым.

 6. Говорите ласковые слова и обнимайте. Подростки нуждаются в этом, хотя и скрывают и даже стесняются этих проявлений. Особенно это касается девочек-подростков. Если папа не проявляет к дочери теплые чувства, она пойдет искать их у других мужчин.

7. Выслушивайте всегда и везде, как бы заняты вы не были. Если в какой-то момент перестали выслушивать своего ребёнка, из-за занятости, он найдет того, кто его выслушает на улице. И впредь перестанет к вам обращаться.

8. Помните, ваш ребёнок уникален, индивидуален. Не стоит его ни с кем сравнивать. Любите своего ребёнка. Будьте ему примером.