Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №1 «Образовательный центр»

имени 21 армии Вооруженных сил СССР п.г.т. Стройкерамика муниципального района Волжский Самарской области

структурное подразделение Детский сад «Солнышко»

«УЧИМ РЕБЕНКА ПОСТОЯТЬ ЗА СЕБЯ»

# (консультация для родителей)

Педагог-психолог:

Полева Г.П.

п.г.т. Стройкерамика 2022-2023 учебный год

# Консультация

**«Учим ребенка постоять за себя»**

Некоторые родители жалуются на агрессивное поведение своего ребенка, но есть и такие, которые обеспокоены тем, что их малыш слишком добр и пассивен. Как научить ребенка постоять за себя, какими способами, когда и как себя вести родителям в случае конфликта, в который попал ребенок, разберемся ниже.

Волнения типа «он вырастет слабаком» и «всю жизнь его будут обижать» не беспочвенны, ведь каждый человек в социуме должен уметь отстоять свое «я». Конечно, никто не говорит, что спокойные и неконфликтные люди могут добиться в жизни меньшего, чем активные и агрессивные. Просто нужно дать понять ребенку, когда и в каких ситуациях самозащита необходима, и в какой форме ее проявлять.

Психологическая практика показывает, что мягкотелостью и слабостью ребенка чаще недовольны те родители, которые и сами в детстве не могли противостоять агрессорам и обидчикам. Разберитесь в ситуации: есть ли смысл убеждать ребенка в зависимости обид и физической защиты, если он просто раздал все игрушки в песочнице, а сам ковыряется одной лопаткой, или если в процессе активной игры его без конца толкают. Возможно, вашему ребенку просто хочется делиться, либо ему не подходят активные игры.

 Если же вы определились, что ваш ребенок срочно нуждается в помощи и ему необходимо развивать уверенность, следуйте нескольким правилам.

 **1. Разберитесь с атмосферой в семье.**

Обратите внимание на тот факт, не слишком ли вы часто и беспочвенно наказываете своего ребенка. Если вы бесконечно осыпаете чадо упреками в его нерешительности и слабости, он может закрыться в себе еще больше, лишь бы не слышать ваших порицаний. Ребенок может бояться осуждения родителей и не рассказывать о том, что его обижают. Не нужно постоянно сравнивать малыша с другими, показывая, что он чем-то хуже. Это только испортит самооценку ребенку и точно не решит проблемы. Больше разговаривайте с  вашим ребенком, учитесь доверию и открытости вместе. Если же в вашей семье напротив слишком опекают малыша, оберегают от всего вокруг, то это может повлечь за собой развитие робости и бесконфликтности. Ребенок попусту не будет знать, как решать конфликтные ситуации, а агрессивный настрой других детей его не напугает, а удивит. Любовь и доброта в семье – это замечательно, но ограничивать общение ребенка из-за возможных агрессивных выходок других детей не стоит. Ваше чадо должно знать, чего можно ожидать, находясь в компании сверстников.
**2. Учить признавать собственные ошибки.**

Что чаще всего делает ребенок, если что-то натворил, даже если и нечаянно? Конечно, убежать, или сказать, что виноват не он. Учите вашего ребенка признавать свои действия, понимать ошибки поведения и нести за них ответственность. Объясните, что если никто не пострадал, то все поправимо. Если же малыш сделал что-либо специально, то дайте ему понять об ошибочности поступка и его возможных последствиях. Когда ваш ребенок научится принимать свои ошибки, он станет гораздо увереннее в себе, и в дальнейшем сможет разобраться и в конфликтных ситуациях. Объясните, что зацикливаться на таких мелочах не стоит, и что в жизни бывают обиды гораздо более серьезные.

**3. Научить не показывать реакции на словесные попытки унизить.**

От обзываний и надуманных прозвищ никто не застрахован. В детском саду и в школе могут коверкать фамилию, пытаться унизить и оскорбить кличками  и дразнилками. Лезть на обидчика с кулаками – не выход. Объясните ребенку, что лучшее, что можно сделать в такой ситуации – игнорировать обидчиков. Как только задиры увидят, что на их агрессию не реагируют, они перестанут докучать ребенку. Конечно, такая тактика подходит для мелочных обид, а не для серьезных прилюдных унижений.

**4. Учить не показывать страха.**

По возвращению из школы старшие ребята угрожают или отбирают деньги – ситуация не нова. Расскажите вашему ребенку, что никто не имеет права, кем бы он ни был, заставлять что-либо делать против воли, угрожать или даже бить. Конечно, конфликт лучше решить мирным путем.  Нужно собраться и не показать своего страха, вести разговор четко и уверенно. Если же это не помогает, то научите чадо защищаться от нападений физически, покажите не слишком опасные приемы. Если ваш ребенок решил встать на защиту другого, пусть будет уверен в своей правоте и также не демонстрирует страх. Решимость легче проявлять, когда от нее зависит судьба другого человека. Говорите чаду, что защищать слабых – правое дело.

**5.Узнать истинного провокатора в лицо.**Понаблюдайте за ситуацией насколько это реально. Выясните, не ваш ли ребенок сам является провокатором агрессии. Возможно, именно он задирает других детей, и те реагируют жестокостью. Если это так, дайте понять ребенку, что именно его действия вызывают негативную реакцию других.

**6.Научить твердо отказывать.**

Проявления доброты и отзывчивости – хорошо. Нужно дать понять ребенку, когда его добротой начинают пользоваться, а когда дружба и товарищество перерастают в манипулирование. Отдать свой обед, в ущерб себе сделать за другого контрольную, постоянно нести портфель – подобные ситуации возникают, когда ребенок боится, что с ним перестанут общаться, или назовут жадиной, исключат из окружения и т.д. Поясните ребенку, на чем строится настоящая дружба, чем действительно важно дорожить. Если ребенка шантажируют, заставляют отдавать деньги, научите его твердо отказывать, отстаивая свои интересы.

**7. Давать самому решать проблему.**

Не стоит при возникновении конфликта с участием вашего ребенка сразу бежать в школу или сад, позвольте чаду самому решить проблему. Ведь полезность вашего вмешательства – вопрос спорный. Обидчиков накажут, но вашего ребенка могут начать считать слабаком и ябедой. Естественно, если речь идет об избиениях, кражах и других серьезных ситуациях, то ваше вмешательство необходимо.

**8. Помочь найти друзей.**

Если ребенок постоянно попадает в конфликтные ситуации, возможно, он просто общается не с той компанией. Не стоит ограничивать его в общении со старыми друзьями, чтобы не вызвать внутренний протест, нужно просто познакомить его с другими детьми. Пойдите вместе в гости, запишитесь на кружок или секцию. Там ребенок может познакомиться с новыми друзьями и познать дружбу в сравнении. Спокойные дети не всегда становятся объектом агрессии других, даже в детском коллективе уважают уверенных и самодостаточных ребят. Важно попасть в хороший коллектив.

**9. Научить принимать помощь.**

Сделайте так, чтобы ваш ребенок не стыдился своих неудач, развивайте в нем уверенность, пусть почувствует вашу поддержку. Тогда он не побоится и не постесняется просить о помощи вас и своих друзей. Принять помощь – не значит показаться слабым. Напротив, человек, внутренне ощущающий поддержку, способен постоять за себя и не бояться трудностей.

**10. Заняться спортом.**

Не обязательно вести ребенка на борьбу или бокс с надеждой, что он всем даст сдачи в случае опасности. Хотя эти виды спорта тоже по-своему хороши. Пусть ребенок занимается тем видом, который ему нравится. Любые спортивные нагрузки укрепят и тело, и дух, разовьют терпение, а значит, прибавят уверенности. Как родители помните, что самое важное обосновать вашему чаду, что защита своих интересов не всегда связана с насилием. Чтобы доказать другому, что ты прав, не нужно постоянно лезть в драку. Кто как не вы своим терпением, заботой и пониманием можете развить у ребенка уверенность в себе и своих силах.

 Информационные ресурсы:

1.<https://razvitie-krohi.ru/psihologiya-detey/10-sposobov-nauchit-rebenka-postoyat-za-sebya.html>