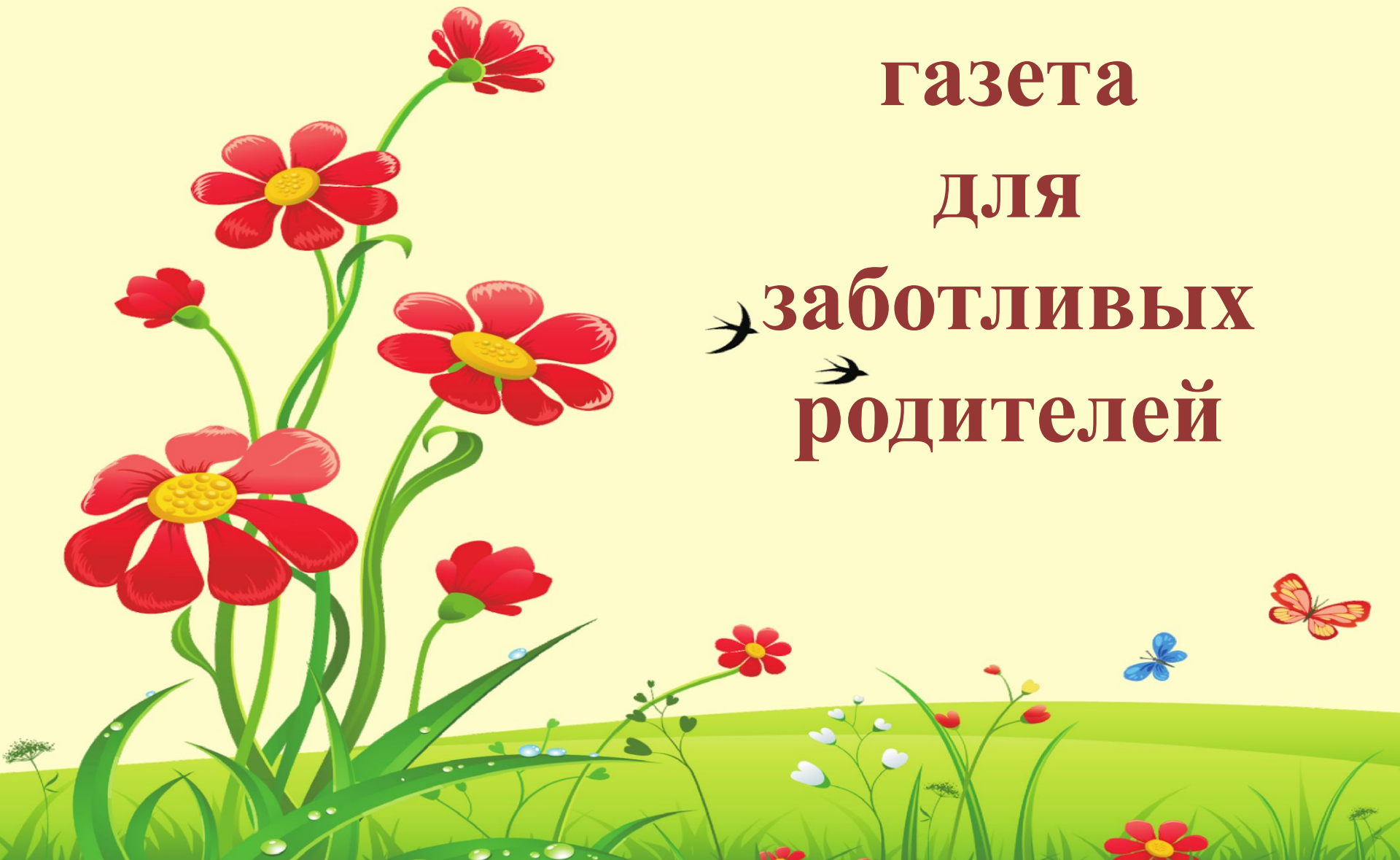


# Психологическая газета

ДЛЯ

заботливых  
родителей



# *Моего ребёнка обижают...*



Многие дети очень обижаются, если их дразнят.

**Дразнилки** – это «норма жизни», и их сложно избежать как в саду, так и в школе. Но некоторые реагируют на них слишком остро. Особо чувствительные дети могут отказываться ходить в садик, если кто-то выбрал их мишенью для насмешек.

**Какие именно особенности, служащие для словесных «уколов», дети отмечают друг в друге?**

- **особенности внешности:** «толстяк», «скелет», «рыжий», «косой». А также характеристики, связанные с аккуратностью («грязнуля», «неряха», «лохматый»);
- **особенности поведения.** «Черепаша», «плакса», «трус», «жадина», «драчун» – в этих словах проявляется нетерпимость к чертам характера или поведения другого ребенка;

- **национальный вопрос.** Слова нетерпимости в этом случае дети «подхватывают» у взрослых. Именно с их подачи они обращают внимание на цвет глаз и волос и делают на основе этого неправомерные выводы;
- **пол и возраст.** «Девчонкой» могут дразнить мальчика, который дружит с девочками, также это синоним «плаксы». А «малыш» или «маленький» часто используется как синоним слову «глупый»;
- **ум и успешность.** Если ребенок не отличается ни активностью, ни хорошими навыками общения, ни достижениями в занятиях, то он может услышать: «тупица», «неудачник», «зануда», «тихоня».

## Мини-тест: Страдает ли ребенок от насмешек

<b>Утверждения</b>	<b>верн о</b>	<b>неверн о</b>
Ваш ребёнок – человек тонкой душевной организации		
У вашего ребёнка яркая особенность, которая может стать поводом для дразнилок		
Ребёнок рассказывает вам о тех, кто обидел его		
Вы замечаете, что даже если дома произнести смешное прозвище по отношению к нему, он может обидеться.		
Он скорее заплачет, чем попросит помощи у взрослого		
Он скорее отойдет, чем будет обзываться в ответ		
Про него можно сказать «обидчивый»		
Он запоминает ту несправедливость, с которой столкнулся в общении с другими детьми.		
Про него можно сказать «робкий» или «стеснительный»		



**Подведем итоги.**

**Чем больше раз вы сказали «верно»,  
тем больше вероятность того,  
что причина нежелания ребенка ходить в садик  
– насмешки других детей.  
Нужно ему помочь!**



# Победить пересмешников

*Что вы можете сделать?*

1. Если особенности внешности или поведения можно изменить, это надо сделать. Слишком полному ребенку можно помочь побороть этот недостаток, пересмотрев его питание, а при необходимости – обратиться к врачу. Ребенка дразнят «неряхой»? Тут уж прямая обязанность родителей лучше следить за его внешним видом. Если речь идет об особенностях поведения, то нужно подумать, как помочь ребенку стать более инициативным, общительным, активным. Подумайте о причинах дразнилок и помогите исправить ситуацию.

**2. Изменить точку зрения.** Когда речь идет не о недостатке, а об особенностях (цвете волос, длине носа, веснушках, очках), то нужно переориентировать восприятие ребенка, сделав «недостаток» достоинством. Рыжему можно сказать, что он похож на солнышко. Если ребенок носит очки, обязательно отметьте, что он очень солидный. Кстати, с очками многих детей примирила сага про Гарри Поттера. У малыша, которого дразнят по национальному признаку, нужно формировать гордость по отношению к родной национальности. Если он уверенно и пылко бросится защищать не столько себя, сколько свой народ, обидчики быстро успокоятся.



**3. Научить воспринимать реальность.** Бывают ситуации, когда ничего изменить нельзя. Тогда надо примирить ребенка с тем, что внешность у него особенная. Это непросто, но именно в этом выход. Тогда «уколы» дразнящихся не будут задевать его сильно. Да и другие дети, увидев, что их озорство не вызывает обиды или слез, перестанут докучать. Зденек Матейчек, чешский психолог, пишет: «Наша воспитательная цель не в том, чтобы оградить ребенка от интереса и любопытных взглядов, а в том, чтобы свою необычность он воспринимал как само собой разумеющуюся часть своего Я и жил с ней, не обращая на нее внимания и не делая из нее проблемы».

#### 4. Сформировать адекватную самооценку!

Исследования американских психологов показали, что детей с адекватной самооценкой сверстники обычно принимают с большей готовностью, чем тех, у кого самооценка слишком высокая или заниженная, а именно этими особенностями отличаются дети-«жертвы». Беседа о самооценке ребенка – это слишком объемная тема, чтобы уместить ее в короткую рекомендацию. Но слишком низкую самооценку надо повышать, вселяя в ребенка уверенность в своих силах и возможностях. А слишком завышенную – снижать до адекватной. Тогда ребенок обретет способность понимать реальный уровень своих возможностей и требований, которые он может выдвинуть другим.

# Пусть реагирует!

Именно вы можете научить ребенка реагировать на обзывания эффективно, т. е. так, чтобы дразнилки не закрепились:

- *игнорирование*. Ребенка обзывают, а он делает вид, что не слышит. Однако надо иметь крепкие нервы, чтобы потом не «взорваться»;
- *реагирование необычным способом*. Например, если ребенка дразнят «Черепашка!», можно ответить одним из вариантов: «Черепашка? Вообще-то меня зовут Ваня, а черепаху можем поискать вместе», или «Приятно познакомиться, Черепашка. А меня Ваней зовут»;

- **Поговорить.** Пусть ребенок скажет другому: «Почему ты хочешь меня обидеть?» Но этот способ лучше срабатывает в более старшем возрасте;

- **выучить отговорки.** Очень эффективный вариант именно для дошкольников. Нужно выучить с ребенком отговорки – короткие стишки, позволяющие достойно ответить, при этом ни проявляя обиды, ни вовлекаясь в ответные оскорбления.

**«Кто так обзывается, тот сам так называется».**

**«Черная касса, ключ у меня, кто обзывается – сам на себя!»**

**«Шел крокодил, твое слово проглотил, а мое – оставил».**

**Если ребенок смело вступает в «бой» с помощью отговорок, дразнилки в отношении его не закрепляются. И вообще стоит ориентировать ребенка на активную реакцию. Необязательно грубую, но активную. Только в этом случае обидчики поймут, что выбрали не ту «жертву». Возможно, они предпримут несколько попыток, но если он выстоит, то отстоит свое место в группе. И желание убежать подальше от обидчиков тоже исчезнет!**

**Желаем  
удачи!!!**