

## Что делать, если ребёнка обижают.



. Ребёнка обидели. Как быть в этой ситуации? Ребёнка обижают в песочнице, **ребёнка обижают в детском саду, ребёнка обижают в школе... Что делать, если ребёнка обижают?**

Мнения родителей расходятся: большая половина советует научить ребёнка давать сдачи, остальная часть сходится во мнениях, что необходимо научить ребёнка постоять за себя, т.е. научить его защищаться.

1. Дать сдачи.
2. Постоять за себя.
3. Научиться защищаться.

**Дать сдачи** - это ответить ударом на удар. Делать это нужно сразу, либо не делать вообще (как говорится, после драки кулаками не машут). Цель - дать обидчику понять, что "ко мне лучше не лезть". Но дети не всегда правильно понимают значение этого выражения. Иногда непросто отличить агрессию от случайности. Дети, особенно в школе, постоянно в движении, они суетятся, толкаются, наступают друг другу на ноги... И что же, на каждый случайный толчок или на ногу наступили, в ответ должен быть удар? Что получится в итоге? Ребёнок, неправильно понявший значение слов "дать сдачи" будет пинать всех подряд. Да, многие его будут бояться, его будут сторониться, принимать за ненормального, но, как ни странно, он всё равно будет постоянно ходить в синяках. Парадокс? Примеров – масса!

**Постоять за себя** - это значит не дать себя обидеть. Здесь важно выйти из конфликта и при этом сохранить "физическую целостность" и достоинство. Умеющий постоять за себя – как правило, миролюбивый, дружелюбный человек, уверенный в себе, сильный духом и физически, который не начнёт первым, не скатится до оскорблений, адекватно оценит ситуацию. Таких всегда уважают, и на таких нападают редко, т.к. конфликт разрешается ими иногда с помощью нескольких фраз. Я думаю это то, к чему надо стремиться.

Если нападение всё же состоялось, важно **уметь защищаться**. В этом случае на первое место выходят физические данные человека (ребёнка): реакция, ловкость, сила. Как правило, тому, кто умеет постоять за себя, хотя бы раз приходилось защищаться (собственный опыт). Здесь очень важно не превысить пределы необходимой самообороны. Нужно дать обидчику понять, что его действия безрезультатны, не более. Важно уметь оценить ситуацию и вовремя остановить себя. А для этого необходимо сохранять спокойствие. Этому научиться непросто. Помочь могут **спортивные секции единоборств**, если повезёт с тренером. Почему я так выразился? Потому что в единоборствах, как нигде, очень важна духовная составляющая воспитания, а многие тренеры часто упускают это из виду, делая упор на «физику».

**Женщин (девочек) бить нельзя!** Это должен накрепко усвоить каждый мальчик. А если девочки нападают? Ведь такое сейчас, увы, не редкость. Уклоняйся, закрывайся руками, постарайся уйти, но **не бей!** Мужчина, ударивший женщину, разрушает некий психологический шлагбаум. Его природная задача - защищать женщину!

Всё описанное больше относится к случаям, если ребёнка обижают в школе. Что касается взаимоотношений в песочнице, то в возрасте до 3 лет дети ещё не совсем осознают себя, как личность, и действуют больше на подсознательном уровне. Здесь родителям важно разглядеть эту подсознательную агрессию, как в своём ребёнке, так и в детях, с которыми он играет, и стараться поменьше контактировать с агрессивными детьми. Учить давать сдачи в этом возрасте - большая ошибка. Нужно постараться объяснить ребёнку, что дети ведут себя по-разному, что это плохое поведение, и так вести себя не стоит.

Если ребёнка обижают в **детском саду**, то, конечно, родители не могут сами контролировать ситуацию. Если ребёнок жалуется, что его бьют, необходимо поговорить с воспитателями, но не с претензиями (они не воспитывали «забияку»), а с желанием выяснить причины происходящего. Воспитатели с позиции незаинтересованной стороны могут понаблюдать и понять эти причины. Поговорите так же с родителями «забияки», обратитесь к детскому психологу. Если вы уверены в том, что ваш ребёнок не провоцирует агрессию и не находите понимания ни со стороны воспитателей, ни со стороны родителей «агрессора», есть смысл подумать о смене садика.

А ещё есть смысл подумать о том, как **научить ребёнка постоять за себя**. Существует единственный и эффективный путь этого научения- **спорт**. Вначале лучше попробовать командные виды спорта, они хорошо сплачивают и воспитывают уверенность в себе, а потом можно переходить на единоборства. Но не стоит забывать о духовном развитии. Именно такие качества, как отсутствие подсознательной агрессии и доброжелательность способны чудесным образом «уводить» человека (ребёнка) от опасных ситуаций.