

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества» Вахитовского района г. Казани**

**Консультация для родителей
«Как научить ребенка постоять за себя»**

**Педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории
Шигапова Гузель Равхатовна**

2022 год

Многие родители жалуются на излишне агрессивное поведение своего чада, но есть и такие, которые обеспокоены тем, что их ребенок слишком миролюбив и пассивен. Как научить ребенка постоять за себя, какими способами, когда и как себя вести родителям в случае конфликта, в который попал ребенок, с этими и другими вопросами разберемся ниже.

Волнения типа «он вырастет слабаком» и «всю жизнь его будут обижать» не беспочвенны, ведь каждый человек в социуме должен уметь отстаивать 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.

Прежде чем учить своего ребенка уверенности в себе, разберитесь в том, насколько это необходимо. 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.
2. Учить признавать собственные ошибки.
3. Научить не показывать реакции на словесные попытки унижить.
4. Учить не показывать страха.
5. Узнать истинного провокатора в лицо.
6. Научить твердо отказывать.
7. Давать самому решать проблему.
8. Помочь найти друзей.
9. Научить принимать помощь.
10. Заняться спортом.

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, учите 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 пугает, а удивит. Любовь и доброта в семье – это замечательно, но ограничивать общение ребенка из-за возможных агрессивных выходов 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 заикливаться на таких мелочах не стоит, и что в жизни бывают обиды гораздо более серьезные.

3. Научить не показывать реакции на словесные попытки унижить.

От обзываний и надуманных прозвищ никто не застрахован. В детском саду и в школе могут коверкать фамилию, пытаться унижить 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 мелких 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 жадной, 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.