**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 12 с. Георгиевка»**

 **Воспитатель: Колодина О.О.**

**Консультация для родителей**

**Что делать, если ребенка обижают в детском саду?**

Итак, в ситуации, где какой-то ребенок обижает вашего ребенка и вы никак не в состоянии, в режиме реального времени ему помочь/заступиться, следует научить ребенка самому за себя постоять. И тут есть несколько вариантов выхода из фрустрирующей ситуации (ситуации психического напряжения, когда что-то идет не так как задумывалось/хотелось и т.д.):

**1. Стратегия решения.**

Научить ребенка предъявлять свои границы другому:
«Мне не нравится, что ты меня обижаешь/бьешь и т.д., я так с тобой играть не хочу!»

«Давай поменяемся игрушками, если ты хочешь мою, я могу с тобой поменяться на что-то другое»

«Я сейчас поиграю и потом ты, когда я закончу, ведь я первая взяла!» и т.д.

**2. Стратегия поиска социальной поддержки.**

Научите ребенка просить помощи. Очень важно, чтобы ребенок умел просить помощи, звать на помощь, если сам не справляется. Ведь и мы взрослые, когда нам не хватает своего ресурса для решения какого-либо вопроса, идем за помощью (к родным и близким, друзьям, разного рода специалистам). Здесь можно транслировать ребенку идею рассказывать о своих трудностях воспитателям/нянечке и конечно же поощрять такое, если ребенок рассказывает Вам (ОН не «ябеда», ему нужна ваша помощь!).
Кстати, слезы и плачь, тоже являются признаками поиска социальной поддержки, но этому ваш ребенок обучен и без вас, правда, чем старше ребенок становиться, тем меньше проявляет эмоции через слезы, и тут важно, чтобы он научился осознанно просить помощи, не слезами, а словами. Обучать чувствам и контейнировать их (учить справляться/понимать) – задача взрослого, не ребенка, он пока сам этого делать не умеет!

**3. Стратегия ухода.**

Бывают в жизни ситуации, в которых нужно просто уходить, не включаться в борьбу, в которой заведомо потерпишь поражение. Вы ведь не станете вступать в борьбу с человеком, у которого конфликтный потенциал больше чем у вас? Из инстинкта самосохранения, нужно бежать так, чтобы «пятки сверкали». Так и в этой ситуации, бывает другой ребенок по каким-то своим причинам агрессивный, и ваш ребенок с таким в споре не сможет договориться НИКАК, поэтому нужно научить его не играть с ним, обходить его, насколько это возможно, без ущерба своим личным границам.

**4. Активно-агрессивная стратегия.**

Или, проще говоря, дать сдачи! Хорошо, если ребенок умеет давать сдачи, когда его обижают. Если вы исчерпали все мирные способы донести до человека, что он нарушает ваши границы, то на агрессию нужно ответить агрессией, иначе другой так и будет думать, что вы стерпите, вас можно бить, обижать и т.д.

Это основные стратегии выхода из сложных ситуаций. Очень важно не зацикливаться на какой-то одной, здорово, если ваш ребенок, да и вы сами, можете подбирать стратегию поведения в зависимости от контекста ситуации. Где-то нужно и сразу сдачи дать, а где то уйти, если другие варианты не подходят. В общем, развивать различные стратегии и давать свободу выбора ребенку, в зависимости от ситуации.

Помимо всего этого, нужно чаще разговаривать с воспитателями. Задавать вопросы относительно поведения вашего ребенка, связанные с другим ребенком конфликтных ситуаций, спрашивать то, как ваш ребенок справился или не справился, какую политику ведут воспитатели в группе. Таким образом, воспитатели будут чаще обращать внимание на вашего ребенка и на того, кто обижает и, возможно, больше контролировать ситуацию.

**Советы родителям**

* Никогда не стыдите своего сынишку, который пришел из садика с синяком или ссадиной. Некоторые папы и дедушки этим «грешат»: они начинают взывать к его мужскому началу («Ты же мужик! Терпи! Не [плачь](https://www.google.com/url?q=https://o-krohe.ru/psihologiya/rebenok-plachet-v-detskom-sadu/&sa=D&source=editors&ust=1697373400251177&usg=AOvVaw06Pxzd3KHlr7ksRnB24PAa)! Хватит жаловаться! Разберись сам!»). Ребенок почувствует себя очень одиноким без поддержки со стороны самых близких людей, а это никак не поспособствует воспитанию в нем мужества.
* Чаще разговаривайте с воспитателем не о том, какой плохой Вася-Коля, а о том, как ведет себя именно ваш ребенок. Причин для издевок в детском коллективе может быть довольно много (необычная фамилия, имя вашего чада, особенности его внешности — рыжий, с веснушками, одежда, в которой вы отправляете малыша в садик и так далее). Если причина устранима, сделайте это. Есть и дети, которые сами провоцируют других на агрессию (они ведут себя тихо, мирно, но не преминут подложить «свинью» ровеснику при удобном случае). Не забывайте работать над такими недостатками у собственного ребенка.
* Повысить уверенность малыша в своих силах помогут занятия спортом — борьбой, единоборствами, плаванием, легкой атлетикой. Обычно малыши, которые реализуются в спорте, в детских коллективах ведут себя более уверенно, четко очерчивают свои границы и могут за себя постоять.
* Если довелось столкнуться с родителями обидчика, не делите детей на «твоего ребенка» и «моего ребенка», проблема у вас общая: один малыш обижен, другой — обидчик. Но в конфликте всегда участвуют двое, будет хорошо, если усилия удастся объединить.

*Главное — научите ребенка быть великодушным и прощать.*