

## Консультация для родителей «Детские обиды»



Чувство обиды способно усложнить жизнь даже взрослому человеку. Что уж говорить о ребенке, психика которого, хрупка и ранима.

Обида – это болезненные переживания, которые ощущает человек, когда его отвергают, игнорируют, не хотят общаться. В состоянии "обиженности" ребенок может чувствовать себя недооцененным, ущемленным и ненужным. Самые первые обиды можно проследить у детей уже в 2-4 года. Но в этот период детские обиды не переживаются детьми особенно остро, и легко поддаются корректировке. И помочь ребенку в этом случае достаточно просто. Для этого родителям нужно лишь отвлечь внимание ребенка, и нацелить его на что-то другое. Обида как чувство, и обидчивость как черта характера начинают проявляться у дошкольников после 5 лет. Это связано с интенсивным формированием личности ребенка, он начинает нуждаться в похвале, уважении и в признании со стороны взрослых и детей.

**Давайте с вами разберем, какие же ситуации наиболее обидны для ребенка?**

### **1. Когда ребенка при всех унижают.**

Это не обязательно публичная порка. Достаточно того, что мама или папа ругают ребенка при посторонних, на улице, в детском саду или детской площадке. Физические наказания сами по себе травмируют ребенка, и уж тем более унижительны на публике.

Вы же знаете правило успешных руководителей – хвалить при всех, ругать наедине? Стоит применять его и к детям, чтобы стать еще более успешными родителями.

### **2. Когда ребенка не слышат.**

Ребенок плачет, потому что у него что-то сломалось, что-то не получается. А мама ругается, что ребенок капризничает. А он напуган, потому что мама его не понимает и плачет еще больше, а мама, соответственно, еще больше злится и кричит. И

разорвать этот заколдованный круг может только взрослый, если постарается увидеть за капризами ребенка потребность в помощи, заботе и любви.

Когда ребенок снова будет капризничать или замучает вас своими вопросами и жалобами, сыграйте в игру: «Что на самом деле хочет мой ребенок?». Вероятно, что результат вас приятно удивит.

### **3. Когда ребенка обесценивают.**

В таких ситуациях ребенка сравнивают не в его пользу с другими детьми, в каждом поступке находят то, что ребенок мог бы сделать лучше и всегда выходит, что чтобы ребенок не сделал, он все равно не достоин признания.

Цените и уважайте то, что делает ваш ребенок, учитывая его возрастные возможности. Прежде чем ругать похвалите. Будьте добрее и мудрее.

### **4. Когда ребенка лишают права на ошибку.**

Каждый родитель хочет оградить своего ребенка от неприятностей и травм. Но безопасность ребенка и охрана его здоровья вовсе не то же самое, что наказания за проступки, испачканую и порванную одежду, разбитую посуду и плохую оценку. Самое любимое выражение мам: «А я тебя говорила!» – наверное, одна из самых ненавистных фраз у детей.

Когда ребенок придет к вам с разбитой коленкой или скажет, что потерял новый мобильный телефон, обнимите его и порадитесь! Порадитесь тому, что он все еще вам доверяет и готов именно к вам прийти с любой бедой, а не к друзьям, чужим людям или уличным компаниям.

### **5. Когда не уважают труд малыша.**

Например, рисунок или поделка сделанная ребенком, зачем вам? А за тем, что это делал ваш ребенок! Он вложил все свои умения, все силы и часть маленькой души. Ведь все его творчество сделано с любовью, а это – бесценно.

Заведите коробку и складывайте в нее самые интересные и забавные поделки. В папку складывайте рисунки и аппликации сделанные вашим ребенком. Показывайте их родственникам и друзьям и отнесите как к настоящим сокровищам. И, может быть, однажды вы даже расхотите их выбрасывать.

### **6. Когда дают обидные прозвища, высмеивают, подтрунивают.**

Часто родители высмеивают какую-то особенность ребенка – неуклюжесть, медлительность, увлеченность каким-то делом, а порой буквально ставят клеймо на ребенке: «это плакса, а не мужик, неудачник будущий», «а это не девочка, а пацан в юбке... как мужа-то себе искать будет»? Ребенку обидно и совершенно непонятно – чем он это заслужил? Многие дети очень ранимы и болезненно относятся к таким ситуациям. Особенно, если их особенности врожденные и зависят от темперамента и характера ребенка.

А знаете ли Вы, уважаемые родители, что желание подшучивать над другими, говорит о потребности самоутвердиться за чужой счет. А раз так, лучше обратиться к специалисту за более грамотной помощью, нежели повышать самооценку за счет своего малыша.

### **7. Когда родители не держат слово и не выполняют обещаний.**

Например, пообещали сходить в цирк или купить новую игрушку. Не сделали, но это же не самое страшное? В масштабе глобальных катастроф – нет, для чувства доверия ребенка родителям – да. Умение доводить требования до конца – одно из главных правил воспитания детей и качество по-настоящему мудрых и грамотных родителей.

Всегда делайте то, что обещали. Или не обещайте вовсе.

### **Как вести себя с обидчивым ребёнком**

Старайтесь чаще показывать свою доброжелательность к ребёнку, чтобы ему не приходилось разными способами напоминать об этом.

Если ребёнок обижается, что в его присутствии хвалят других, объясните ему, что в одобрении и похвале нуждаются все, кто этого заслуживает.

Стройте отношения с ребёнком на партнёрской основе, объясняя, что у каждого есть свои интересы и намерения.

Работайте с эмоциональной сферой ребёнка, закаляя её и уча, каким способом нужно воспринимать ту или иную ситуацию и реагировать на неё.

Подбирайте полезные книги и мультфильмы, на основе которых можно легко объяснить малышу причины обид и удачные выходы героев из разных ситуаций.

Чаще общайтесь с ребёнком, объясняя ему, какие обиды адекватны, а какие нет.

Не нужно упрекать ребёнка в его обидчивости. Запретить обижаться невозможно, а можно только выработать правильную воспитательную стратегию смягчения этой особенности.

Смотрите за тем, чтобы ребёнок не накапливал обиду, а делился своими чувствами. Учите правильно реагировать на обидные ситуации.

Не нужно сравнивать ребёнка с другими детьми и не указывайте на их превосходство в чём-то.

Старайтесь понять причины чрезмерной обидчивости ребёнка.

### **Игры для обидчивых детей**

**Обзывалки.** Сядьте рядом с ребёнком, возьмите мяч. Предложите говорить друг другу обидные слова. Только заранее обсудите, какие



слова допускаются. Например, не самые грубые выражения, а названия овощей и фруктов, животных, бытовых предметов, сказочных персонажей. Каждое обращение может начинаться со слов: «А ты... бледная поганка!» Договоритесь, что через 5-6 обращений, вы начнёте говорить приятные слова: «А ты... цветочек мой!». Здесь важна быстрота реакции, юмор. Обратите внимание ребёнка на то, что это всего лишь весёлая игра: здесь обижаться не нужно. Эта игра снимает напряжение. Хорошо, когда в неё играют несколько детей.

**Жужа.** Выбирается ведущий — «жужа», вокруг которого бегают, дёргают его, строят рожи, дразнят. Когда «жужа» надоедают приставания, он вскакивает и пытается догнать одного из обидчиков. Кого поймали — тот и «жужа». Важно, чтобы каждый ребёнок, принимающий участие в игре, побывал в разных ролях. Эта игра учит управлять эмоциональным состоянием, становиться не таким обидчивым, смотреть на мир глазами другого человека.

**Дракон.** Лучше, чтобы участников было несколько. Построившись в линию и держась, друг за дружку, нужно первому в строю («голове»), ухватиться за последнего («хвост»). Когда «голова» «ухватила» «хвост», нужно поменяться ролями. Важно, чтобы все участники побывали в обеих ролях. Такая игра помогает детям, испытывающим проблемы в общении, стать увереннее в себе, успешно влиться в детский коллектив.

### **Родителю обидчивого ребёнка на заметку**

Проявляйте интерес к внутренней жизни ребёнка.

Научите ребёнка говорить вслух о своих мыслях и желаниях.

Когда выражаете свои требования, озвучиваете их более конкретно.

Научите ребёнка ставить себя на место другого человека.

Объясните ребёнку, что поступки людей вокруг — разнообразны; пусть он осознает это и примет.

Развивайте и укрепляйте мнение ребёнка о себе, повышайте его самооценку.

Учите ребёнка смотреть на многие вещи с юмором.

Беседуйте с ребёнком на предмет обид, ищите способы их преодоления.

**Уважаемые родители, вы для своих детей самые дорогие люди на свете. В ваших силах сделать так, чтобы в начинающейся жизни ребенка было как можно меньше слез, переживаний и горьких обид, причиненных именно вами.**

**Удачи вам и жизненной мудрости в воспитании ваших детей!**