



## Что делать, если ребенка отвергают в детском коллективе.

Не все дети могут и хотят рассказывать родителям о своих проблемах, и чем старше ребенок, тем меньше вероятность, что он пожалуется родителям на происходящее. Стоит проявлять интерес к делам своего ребенка, но делать это ненавязчиво. Если он ничего сам не рассказывает,

следует понаблюдать за ним.

В первую очередь надо сходить в школу, поговорить с учителями об отношениях своего ребенка с одноклассниками, посмотреть, как себя ведет ребенок в классе после уроков или на перемене, на праздниках: проявляет ли инициативу в общении, с кем общается он, кто общается с ним и т.д. Можно обратиться за помощью к школьному психологу, ему легче осуществлять наблюдение за детьми.

*Симптомы свидетельствующие о том, что ребенку плохо в классе, его отвергают.*

### Ребенок:

- неохотно идет в школу и очень рад любой возможности не ходить туда;
- возвращается из школы подавленным;
- часто плачет без очевидной причины;
- никогда не упоминает никого из одноклассников;
- очень мало говорит о своей школьной жизни;
- не знает, кому можно позвонить, чтобы узнать уроки, или вообще отказывается звонить кому-либо;
- ни с того ни с сего (как кажется) отказывается идти в школу;
- одинок: его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет позвать к себе.

### **Как помочь своему ребенку наладить взаимоотношения в классе.**

Обязательно предупредите учителя о проблемах своего ребенка (заикание, необходимость принимать лекарства по часам и т.д.). Заикания, тики, энурез, энкопез, кожные заболевания необходимо отслеживать и по возможности лечить. Все это может стать причиной насмешек со стороны сверстников. Необходимо обеспечить ребенку все, что позволит ему соответствовать общим школьным требованиям. Если для уроков физкультуры нужны черные шорты, то не следует предлагать ребенку розовые, считая, что это не важно. Для учителя может быть и не важно, а одноклассники станут дразнить ребенка. Это не значит, что надо идти у ребенка на поводу и покупать ему шапку «как у Ленки из 5 "Б"».

Посоветуйте ребенку изменить тактику поведения. Ведь если стереотип сложился, то любой поступок является предсказуемым. Ребенок ведет себя по заданной окружающими схеме. Но если на стандартные обстоятельства он отреагирует неожиданным образом, то, возможно, он сумеет не только озадачить своих преследователей, но и сделать шаг к преодолению сложившейся ситуации. Например, можно предложить ребенку вместо того, чтобы начинать плакать или лупить всех подряд, посмотреть в глаза обидчикам и спокойно спросить: «Ну и что?» — или начать смеяться вместе с ними. В общем, сделать то, чего от него совсем не ожидают. Постарайтесь обеспечить ребенку общение с одноклассниками вне школы. Приглашайте их в гости, устраивайте праздники, поощряйте общение ребенка с ними.

Необходимо всячески способствовать участию ребенка в классных мероприятиях, поездках. Не стоит сразу после уроков забирать ребенка из школы даже ради занятий английским или музыкой. Иначе все ребята сдружатся между собой, а ваш ребенок так и будет чужим в классе.

Не следует приходить в школу лично разбираться с обидчиками своего ребенка, лучше поставить в известность классного руководителя и психолога. Не спешите бросаться защищать ребенка в любой конфликтной ситуации с одноклассниками. Иногда ребенку полезно пережить все стадии конфликта — это поможет ему научиться самостоятельно решать многие проблемы. Но, приучая ребенка к самостоятельности, важно не переусердствовать и не пропустить ситуацию, с которой ребенок не в состоянии справиться без вмешательства взрослых. Такой ситуацией, безусловно, являются систематические издевательства и травля ребенка со стороны сверстников.

### **Внимание!**

Если ситуация зашла слишком далеко, например, ребенка постоянно унижают или избивают — немедленно реагируйте. В первую очередь оградите ребенка от общения с обидчиками — не отправляйте его в школу. Разбираться с обидчиками — не самое главное (хотя и оставлять их безнаказанными не стоит — они изберут себе новую жертву). Важно помочь ребенку пережить полученную психическую травму, поэтому скорее всего его придется перевести в другой класс. Ребенку нужно будет научиться не бояться сверстников и доверять им.

Если ребенка в классе не любят и отвергают, его родителям необходимо:

- ✓ быть готовыми к сотрудничеству с учителем и психологом;
- ✓ проявлять по отношению к обидчикам терпимость и сдержанность;
- ✓ и самое главное — оказать поддержку своему ребенку.

Как было сказано ранее, что часто непопулярными становятся дети, имеющие какие-либо физические недостатки или поведенческие проблемы, неуверенные в себе. Именно родители могут помочь ребенку преодолеть чувство неполноценности, превратить недостаток в достоинство. Однако родители, наоборот, часто бывают слишком критичны и нетерпимы к особенностям своего ребенка. К сожалению, мы слишком часто даем какую-либо оценку поступкам и словам своих детей, порой даже не замечая этого.

Ребенок кажется нам слишком активным, и мы, сокрушаясь, говорим подруге: «Он неусидчив». Таким образом, мы прогнозируем его будущее, исходя из своей оценки, и, общаясь с ребенком, начинаем загонять его в рамки нашего негативного прогноза. «Вечно ты вертишься, бесишься! Ты ведь никогда не можешь посидеть молча...» и т.д. Если ребенок тих и не стремится к общению с окружающими, мы переживаем, что ему будет трудно заводить друзей, он будет одинок. Ребенок говорит что-то, не соответствующее нашему настроению, мы резко обрываем его: «Опять ты говоришь глупости!» Приклеивая ярлыки, мы убеждаем ребенка — он именно такой: неуверенный, неусидчивый, глупый. Ребенок сначала неосознанно, а затем и сознательно начинает строить свое поведение, исходя из предписанной ему взрослыми роли.

Мальчика Васю, героя рассказа Ю.Я. Яковлева «Рыцарь Вася», из-за его полноты и неуклюжести прозвали Тюфяком, а он мечтал о рыцарских доспехах. Но «кроме насмешливого зеркала, к действительности его возвращала мама. Услышав из кухни его шаги, от которых жалобно звенели стаканы, мама кричала: "Осторожно! Слон в фарфоровой лавке!"». И родители в этой непростой ситуации из союзников и помощников сами превращаются в преследователей, а ребенок остается один на один со своей проблемой. Если уж родители не принимают ребенка таким, какой он есть, насмеются над ним, то чего же ждать от остальных.

В детстве мне очень нравились сказки замечательной финской писательницы Туве Янсон о Муми-тролле. В одной из них Муми-тролль, играя с друзьями в прятки, спрятался в шляпе Волшебника и вышел оттуда настолько преобразившимся, что друзья не узнали его и даже задали ему взбучку. Пришедшая на шум Муми-мама тоже сначала не узнала своего сына, но, пристально взглядевшись в его «испуганные глаза-тарелки», признала, что это Муми-тролль. И тогда он снова стал самим собой. Муми-мама обняла его и произнесла особенно впечатлившие меня слова: «Уж моего-то маленького Муми-сына я узнаю всегда, что бы ни случилось». Именно в этих словах заключается основной смысл родительской любви и поддержки: принятие и помощь ребенку в любой ситуации. Главное — уметь принимать своего ребенка (может быть, более застенчивого или излишне эмоционального по сравнению с другими) таким, какой он есть...

Спокойные, уверенные в себе родители, не ждущие от ребенка моментальных сверхдостижений, с пониманием относящиеся к его успехам и неудачам, — вот залог развития у ребенка уверенности в своих силах и адекватной самооценки.

## **Как помочь своему ребенку стать увереннее**

В сложных ситуациях не стремитесь все сделать за ребенка, но и не бросайте его одного. Предложите справиться с проблемой вместе (не важно, что это — шнурки на ботинках или первая ссора с приятелем). Иногда достаточно просто побыть рядом с ребенком, пока он пытается сделать что-то.

Родительская любовь для ребенка вещь не очевидная; если родители никак не проявляют своих теплых чувств, то ребенок может решить, что его не любят. Это формирует у него чувство беспомощности и незащищенности, а следовательно, и неуверенности в себе. Преодолеть это чувство помогает телесный контакт. Можно просто погладить ребенка по голове, обнять, посадить на колени. Это никогда не будет лишним ни для малышей, ни для дошкольников, ни для младших школьников.

Все сказанное отнюдь не означает, что ребенка не следует критиковать. Но, порицая его, следует дать понять, что вы критикуете конкретный поступок ребенка, а ваше отношение к нему не меняется. Можно сказать ребенку: «Мы любим тебя всегда, что бы ты ни сделал, но иногда нам бывает трудно не сердиться (обижаться) на тебя!»