

Советы родителям

ЕСЛИ РЕБЕНКА ОБИЖАЮТ.

Нельзя говорить:

- Не обращай внимания на дураков
- Будь умнее, пройди мимо/отойди/не общайся
- Дай сдачи
- А почему они так к тебе относятся?
- Может быть ты сам что-то сделал не так?
- Или он хочет с тобой дружить?
- Что ты сделал, чтобы тебя не били?
- Ты же действительно толстый/в очках/низкий/высокий

НЕОБХОДИМО:

- Сказать «Спасибо, что рассказал мне, я помогу тебе разобраться с этим»
- Выяснить, что происходит: межличностный конфликт или буллинг (чаще бывает в школьном возрасте, признаки: повторяемость, неравные силы, преднамеренность)
- «Давай вместе подумаем, что можно сделать, как ты думаешь?» Верните ребёнку ощущение контроля, после 4 лет они уже могут предлагать какие-то варианты. А ещё вы развеете страх, что мама без предупреждения ворвётся в школу и сделает только хуже.

Когда ребёнок успокоится, предлагайте варианты реакций.

- на дразнилки для дошкольников: «Обзывай меня как хошь, я на это не похож!», «Кто обзывается, тот сам так называется!»
- Для детей постарше на агрессивные нападки «ты тупица», «от тебя воняет» (обидчик ждёт бурной реакции и почувствует себя проигравшим, когда реакция будет неожиданной): «О, я действительно иногда делаю глупые вещи. Ты такой умный, тебе повезло», «Спасибо за ценную информацию», «Мое счастье не зависит от того, считаешь ли ты меня классным или нет. Я буду счастлив, даже если ты будешь меня ненавидеть».