**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ САМООБОРОНА РЕБЁНКА.**

 Ребёнок жалуется, что сверстники его обижают: обзывают, дразнят, а он не в силах им ответить: либо плачет, либо лезет в драку. Можно, конечно, пойти и «разобраться» с обидчиками, но всю жизнь не получится ограждать детей от неприятностей. Нужно научить ребёнка самому себя защищать.

 ***5 правил психологической самозащиты ребёнка от 5 лет:***

1.**Не поддаваться на провокации**. Объясните ребёнку, что он может и должен отказывать сверстникам делать то, что ему неприятно или запрещено. Пусть берут на «слабо», а ты достойно ответь:-«Я обещал маме этого не делать, а настоящий мужчина держит слово».

2**.Не дать застать себя врасплох**. Предполагая, в какие неприятные ситуации может попасть ребёнок, полезно заранее обсудить и даже обыграть их; дать возможные способы выхода из конфликта.

3.**Уметь ответить**. Самому ребёнку сложно быстро придумать достойный ответ. Надо дать варианты ответов как на конкретные дразнилки, так и универсальные («Я тебя не слушаю, за обедом скушаю!», «У дразнилки на носу кошки ели колбасу!»).

4.**Менять тактику поведения**. Разберите с ребёнком типичный конфликт и его обычную реакцию, предложите новый, неожиданный для задир ход: посмотреть, например, в глаза и сказать: «Ну, и что такого?», « А я виноват, что рыжий?» или «А мне такой цвет волос нравится, ни у кого такого нет!»

5.**Не быть пассивной жертвой**. Дети часто испытывают других на прочность- как отреагирует. Важно дать отпор на этом этапе. Для начала можно сказать: « Ты за что меня толкнул? Мне же больно! Подраться охота? Мне- нет, но сдачу сдать могу. Надо?»

 Не нужно бояться конфликтов ребёнка со сверстниками- они неизбежны, особенно при вхождении в новый коллектив. Дети могут быть равнодушны, либо не слишком дружелюбны в отношении вашего ребёнка. Нужно подготовить и малыша к тому, что не все окружающие готовы и будут его сразу любить. В первую очередь, надо самому проявить дружелюбие и готовность к взаимодействию с другими- это обязательно, пусть и со временем, оценят! Полезно и взрослым проанализировать, почему у ребёнка постоянные конфликты со сверстниками. Типичные причины таковы:

* неопрятность (дурной запах, сопли, грязная одежда);
* дурные привычки (грызение ногтей, ковыряние в носу и т.д.)
* недержание мочи;
* необычность внешности (полнота, стрижка наголо и пр.);
* неуспешность в играх и занятиях;
* особенности поведения (плакса, драчун, нытик);
* повышенная обидчивость.

И ещё: неумение ладить со сверстниками -верный признак избалованности, особенно у единственных детей!

 Материал подготовила педагог-психолог Вотинцева Е.Г.