

## Рекомендации для родителей

### «Что делать, если ребенка отвергают»

Не все дети могут и хотят рассказывать родителям о своих проблемах. 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.

Следующие симптомы могут свидетельствовать о том, что ребенку плохо в классе, группе. Если ребенка отвергают, то он:

- 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;
- без причины 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, нарушения зрения, слуха, двигательные нарушения, симптомы аутизма, тики, энурез, энкопорез, кожные заболевания, необходимость принимать лекарства по часам и т.д.). 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. Однако 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. Если стереотип сложился, то любой поступок является предсказуемым, т.е. ребенок ведет себя по заданной окружающими схеме. Но если на стандартные обстоятельства он отреагирует неожиданным образом, то сумеет озадачить своих преследователей и сделать шаг к преодолению сложившейся ситуации. Например, можно предложить ребенку вместо того, чтобы начинать плакать или бить всех подряд, посмотреть в глаза обидчикам и спокойно спросить: «Ну и что?» или начать смеяться вместе с ними, т.е. 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 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.