

## **Если РЕБЕНКА ОБИЖАЮТ РОВЕСНИКИ или КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ буллинг.**

Когда к ребенку цепляются в школе, это очень обидно и малышу становится не комфортно в коллективе. Нужно помочь ему преодолеть этот этап:

1. Дать ребенку время, прежде чем начинать расспросы. Обычно детям сложно рассказать о том, что происходит сразу после школы, они еще разъяренные, слишком расстроены и хотят скрыть произошедшее. Но вечером, когда ребенок уже расслабится, можно присесть с ним на диване, обнявшись и поговорить.
2. Не осуждать других. Это естественная реакция родителей - сразу записать обидчика ребенка в "плохие" и на этом строить все утешения. Но тем самым подается плохой пример ребенку и создается барьер, который не позволит ребенку в дальнейшем наладить дружеские отношения с теми, кто ее сегодня обижает.
3. Узнать, что произошло перед самой ситуацией. Может случиться, что это сам ребенок как-то неправильно себя повёл, но не понимает этого, и нужно просто разобрать с ним всю ситуацию.
4. Устроить мозговой штурм и придумать возможные ответы, а также нужные интонации. Например, кто-то постоянно говорит ребенку о том, что она ему не нравится. На это можно ответить, например, «Я и не должен всем нравиться!». Но сказать это нужно спокойным и уверенным голосом и т.д. и т.п.
5. "Проиграть" возможные конфликтные ситуации. Чтобы ребенок был максимально подготовлен к неприятным случаям со сверстниками, нужно практиковаться. Поэтому можно меняться с ней ролями и разыгрывать различные конфликтные ситуации и способы реагирования на них.