

ЕСЛИ РЕБЁНКУ ТРУДНО СРЕДИ СВЕРСТНИКОВ...

(памятка для родителей)

Уважаемые родители!

Эмоциональное благополучие и успешная адаптация во многом определяются взаимоотношениями ребёнка со сверстниками. Успех зависит не только от доброжелательности сверстников, но и от социального интеллекта вашего ребёнка, который нужно и можно развивать. Вы не можете влиять на коллектив класса, но у вас есть возможность помочь своему сыну или дочери.

- Расширяйте круг общения вашего ребёнка и помогайте ему найти друга среди детей группы или класса: будьте сами дружелюбно настроенными, интересуйтесь жизнью группы или класса, участвуйте в организации мероприятий, приглашайте ребят в гости.
- Будьте внимательны к чувствам и эмоциональным переживаниям ребёнка, принимайте их, учите ребёнка понимать свои чувства и чувства других людей.
- Помогайте переживать негативные эмоции, преодолевать обиды, например, при переживании проигрыша в игре, в конфликтных ситуациях. Развивайте умение следить за собой, справляться со своими импульсами, эмоциональными порывами.
- Укрепляйте в ребёнке чувство собственного достоинства: жизнь хороша, меня любят, я хороший и имею право жить и быть любимым.
- Учите ребёнка видеть и соблюдать границы личного пространства других людей и стараться их не нарушать.
- Доверительно разговаривайте с ребёнком, обсуждайте ситуации общения, помогайте находить решения возможных трудностей.

ЕСЛИ РЕБЁНКУ ТРУДНО СРЕДИ СВЕРСТНИКОВ...

(памятка для родителей)

Уважаемые родители!

Эмоциональное благополучие и успешная адаптация во многом определяются взаимоотношениями ребёнка со сверстниками. Успех зависит не только от доброжелательности сверстников, но и от социального интеллекта вашего ребёнка, который нужно и можно развивать. Вы не можете влиять на коллектив класса, но у вас есть возможность помочь своему сыну или дочери.

- Расширяйте круг общения вашего ребёнка и помогайте ему найти друга среди детей группы или класса: будьте сами дружелюбно настроенными, интересуйтесь жизнью группы или класса, участвуйте в организации мероприятий, приглашайте ребят в гости.
- Будьте внимательны к чувствам и эмоциональным переживаниям ребёнка, принимайте их, учите ребёнка понимать свои чувства и чувства других людей.
- Помогайте переживать негативные эмоции, преодолевать обиды, например, при переживании проигрыша в игре, в конфликтных ситуациях. Развивайте умение следить за собой, справляться со своими импульсами, эмоциональными порывами.
- Укрепляйте в ребёнке чувство собственного достоинства: жизнь хороша, меня любят, я хороший и имею право жить и быть любимым.
- Учите ребёнка видеть и соблюдать границы личного пространства других людей и стараться их не нарушать.
- Доверительно разговаривайте с ребёнком, обсуждайте ситуации общения, помогайте находить решения возможных трудностей.

- Учите договариваться со сверстниками при возникновении разногласий. Не советуйте действовать агрессивно и давать сдачу в ответ на обиды, это укрепит уверенность ребёнка в приемлемости насилия, вызовет негативное отношение со стороны ребят и взрослых.

ЕСЛИ ВЫ УЗНАЛИ ИЛИ ПОНЯЛИ, ЧТО ВАШЕГО РЕБЁНКА ТРАВЯТ...

- Донесите до ребёнка мысль, что он не виноват. Никогда не говорите: «Ты сам виноват», «Ты так себя ведёшь», «Ты их провоцируешь». Обвинять жертву и искать причины буллинга – значит оправдывать обидчиков и быть на их стороне.
- Проявляя сочувствие, не демонстрируйте ярких эмоций, это может ещё более расстроить ребёнка, вам важно вселить в него уверенность, что ситуация преодолима.
- Скажите ребёнку, что просить помощи взрослых (родителей, учителей) не стыдно, а необходимо.
- Не устраивайте «разборки» с обидчиком и его родителями, иначе вы рискуете серьёзно усугубить ситуацию. Необходимо действовать цивилизованными способами при помощи педагога, ведь проблема буллинга – проблема всего класса.
- Перевод в другую группу, класс или школу – это крайний выход. Если вашему ребёнку трудно общаться со сверстниками и строить с ними отношения, проблема может «перейти» вместе с ним.

***Квалифицированную консультацию специалистов
можно получить в Центре
психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
(запись по телефону 92-68-09)***

- Учите договариваться со сверстниками при возникновении разногласий. Не советуйте действовать агрессивно и давать сдачу в ответ на обиды, это укрепит уверенность ребёнка в приемлемости насилия, вызовет негативное отношение со стороны ребят и взрослых.

ЕСЛИ ВЫ УЗНАЛИ ИЛИ ПОНЯЛИ, ЧТО ВАШЕГО РЕБЁНКА ТРАВЯТ...

- Донесите до ребёнка мысль, что он не виноват. Никогда не говорите: «Ты сам виноват», «Ты так себя ведёшь», «Ты их провоцируешь». Обвинять жертву и искать причины буллинга – значит оправдывать обидчиков и быть на их стороне.
- Проявляя сочувствие, не демонстрируйте ярких эмоций, это может ещё более расстроить ребёнка, вам важно вселить в него уверенность, что ситуация преодолима.
- Скажите ребёнку, что просить помощи взрослых (родителей, учителей) не стыдно, а необходимо.
- Не устраивайте «разборки» с обидчиком и его родителями, иначе вы рискуете серьёзно усугубить ситуацию. Необходимо действовать цивилизованными способами при помощи педагога, ведь проблема буллинга – проблема всего класса.
- Перевод в другую группу, класс или школу – это крайний выход. Если вашему ребёнку трудно общаться со сверстниками и строить с ними отношения, проблема может «перейти» вместе с ним.

***Квалифицированную консультацию специалистов
можно получить в Центре
психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
(запись по телефону 92-68-09)***