# Как научить ребенка правильно постоять за себя

# Очень часто от родителей можно услышать: «Тебя обидели! Дай сдачи!» или наоборот: «Уйди в сторону, не отвечай на оскорбления». Давайте разберем, к чему могут привести такие советы родителей, и найдем золотую середину в этом вопросе.

#### Когда Вы говорите ребенку, что он может ударить кого-то в ответ, применить физическое насилие, то не факт, что ребенок будет применять физическое насилие в той ситуации, в которой вам хотелось бы. Чаще всего ребенок в результате таких разрешений начинает пробовать агрессию вообще. Он же не знает социальных норм, он их пробует на практике, пробует в разных ситуация. Если Вы разрешаете ребенку давать сдачи, будьте готовы к тому, что будут конфликты между детьми, что будут драки, и что потом придется ВАМ за это отвечать, что, возможно, ваш ребенок принесет сильный физический урон другому ребенку. И при возникновении таких ситуаций именно ВЫ будете виноваты, а не ребенок, потому что Вы разрешили так поступать ребенку.

* Уйти в ответ на обзывание, просто «не обращать внимания на обидчиков», не подкреплять их реакции? Обычно такой совет могут дать неуверенные в себе родители. Здесь важно понимать, что существует такой момент, как эмоциональная значимость происшествия, требующего от ребенка постоять за себя. В этом случае лучше вместе с ребенком разобрать причины сложившейся ситуации, пути выхода и спросить о том, что чувствовал в этот момент Ваш ребенок. Например, "Тебе досадно, что так произошло, наверное, было больно". Такие фразы необходимо говорить с повествовательной интонацией, чтобы ребенок осознал, что Вы понимаете его чувства.
* Важно понимать, что стоит за такими действиями: чувства, надежды, установки. Родителям необходимо помогать ребенку укреплять веру в себя, поддерживать его достоинство и самоуважение. Это работа каждодневная, кропотливая и она стоит того. Ежедневно находите минимум по три ситуации, где Ваш ребенок проявил себя уверенно, что-то сделал сам и говорите ребенку об этих ситуациях, озвучивая, что Вы гордитесь им. Вера мамы в ребенка является мощным фактором формирования его характера.
* Ребенок учится отстаивать свои интересы на примере родителей. Учите своего ребенка словесному разрешению проблемы, и сначала сами говорите за ребенка в конфликтной ситуации, а потом ребенок начнет подражать вам. К примеру, отобрали у вашего ребенка игрушку, и вы за ребенка сначала говорите: «Это наша игрушка, и мы с ней еще не доиграли, отдай нам ее». Смысл в том, чтобы научить ребенка словами требовать свое обратно.

# Учить ли ребенка давать сдачи: советы психолога

**Малыш, который постоянно испытывает дискомфорт во время общения с другими детьми, терпит обиды, вырастает неуверенным в себе человеком**. Комплексы из детства сопровождают людей всю жизнь. Они мешают строить взаимоотношения в семье, тормозят карьерный рост. В каждой семье свои принципы, учить ли ребенка давать сдачи кулаками или словом. Ведь в ситуации конфликта у малыша нет возможности обратиться за советом или попросить о помощи у мамы. Ребенку надо здесь и сейчас принять ответные меры. И сделать это он должен самостоятельно.

Человек в любом возрасте должен находить поддержку и опору в семье, со стороны родителей. Когда ребенок еще маленький, мама помогает справиться с обидчиками и защищает свое дитя. Но приходит время, и малыш оказывается один на один с возникающими трудностями в общении. Самое важное для родителей - научить его противостоять угрозе самостоятельно.

Вести конструктивные переговоры должен уметь любой участник коллектива. Если ребенка уважают, у него много друзей, тогда ситуаций, когда ребенок боится дать сдачи просто не возникает. Он уверен в себе, в своих действиях и его не пугают проблемы в школьном коллективе. Другое дело, когда ребенок не находит понимания среди сверстников и его все обижают. Родители должны детально разобраться в причинах сложившейся ситуации: поговорить с сыном или дочерью, с учителями, с родителями одноклассников

Причины того, что ребенок становится изгоем, кроются не только в нем самом, но и в обстановке, которая вокруг него сложилась.Если противоречия не удается разрешить, нужно сменить коллектив - школу, детский сад. Ведь постоянные конфликты не пойдут на пользу ребенку. Лучше кинуть все силы на то, чтобы адаптироваться в новом окружении, помочь малышу занять подобающее место в новом коллективе, найти новых друзей.

Родители дают советы:"Обижают, дай сдачи!" Или наоборот:"Уйди в сторону, не отвечай на оскорбления". Как поступать ребенку, как ему найти верное решение**? Обидчик ждет реакции жертвы - агрессивной или жалобной. Ответное поведение говорит** о невозможности справиться с эмоциями. Это-то и надо обидчику. Неуверенность в своих действиях делает обижаемого уязвимым. Уверенный в себе и своей правоте, всегда спокойно даст отпор.

Учить ли ребенка давать сдачи или нет, решение каждого родителя. Но навыки кулачного боя не заменят умение адаптироваться и правильно позиционировать себя в обществе. Знающий себе цену человек никогда не станет объектом насмешек в коллективе.

# Надо ли учить детей давать сдачи?

Перед самыми каникулами в школьном коридоре я услышала разговор двух мам. Они обсуждали, что делать ребенку, если его обзывают или задирают. «Пусть дает сдачи. Раз ударит – больше не полезут. Вспомни, мы все дрались в детстве», – говорила одна, а вторая не соглашалась: «Нельзя на кулак отвечать кулаком». Так, ни о чем не договорившись, они и разошлись.

Каково же детям? Как они должны поступать? Ведь и взрослые в конфликтных ситуациях не всегда демонстрируют позитивные примеры поведения.

Зачастую дети обзываются и задираются, чтобы увидеть реакцию другого. Или они хотят пригласить к игре, но не знают как**. И чем ярче ребенок реагирует на выходки в его адрес, тем больше к нему лезут: интересно же! Человек злится, не умеет справиться с гневом – на нем и срываются, хотя** вроде драться никто и не планировал.

Тогда, может быть**, эффективен другой вариант – уход? Тот, который предлагала вторая мама? Уйти в ответ на обзывание, просто «не обращать внимания на обидчиков», не подкреплять их реакции? Или, как теперь часто советуют, свести все к шутке, отговориться/договориться и даже… (высший пилотаж!) рассказать о своих чувствах и попросить в** другой раз так не делать?

Мы разговариваем об этом с ребятами, и оказывается, не так-то все и просто.
 **Сережа: *«Не надо давать сдачу в виде обзываний и драк – это ни к чему хорошему не приводит. Ведь мой обидчик будет отвечать снова и снова. Я пробовал давать сдачу, но это приводило к еще более крупным дракам. А потом я перестал обращать внимание*** *на обзывания и приставания ко мне, и вы знаете, все прекратилось, ко мне перестали цепляться. А раньше даже в школу ходить не хотелось».*

**Лена:** *«Меня обзывают и обзывают. Я стараюсь не реагировать, но надо мной издеваются снова и снова. Все советы не помогают».*

**Аня:** *«Я знаю эти советы и пытаюсь их использовать. Но я их как-то неправильно применяю, вот, наверно, и не получается ничего хорошего. Мне трудно дать отпор, может, потому, что боюсь доставить неудобство».*

Правильно. Дело **не в самих действиях, а в том, что за ними стоит: чувства, надежды, установки. Если мы говорим и даже делаем все, как нас учат, а чувствуем неуверенность в себе, то все наши попытки будут неуклюжи, и желание противника продолжать «доводить» только усилится. Но если человек действует так, будто поступки другого его не задели, если он уверен в себе, может безобидно пошутить или использовать детскую отговорку, то в следующий раз сцена вряд ли повторится.**
**Теперь родителям нетрудно догадаться, что делать, если ребенка задирают или обзывают в школе, на улице. Надо помогать ему укреплять веру в себя, поддерживать его достоинство и самоуважение. Труд повседневный, кропотливый, но более эффективный, чем простые советы: бей или отойди в сторону.**
**Легко сказать, но где взять смелость, чтобы начать уважать собственного** ребенка?

«Здравствуйте, Ирина!! Просмотрела Ваши статьи на сайте «Доступная Психология» и ничего не нашла про то, нужно ли (когда, как…) учить ребенка давать сдачи обидчику.
Все началось с того, что летом, гуляя по улицам с дочкой, подбегает девочка лет 3-4 (а за ней мамаша, к-рая кричит «Держите ребенка!!!»). Я сначала не поняла какого ребенка своего или ее!! А эта девочка подошла и ущипнула мою девочку в щеку!!!!…(аж до синяка!!!) у меня, у нее ужас… она давай орать!!! Пока ее успокаивала, от тех и след простыл!
После этого мы начали объяснять, когда и как нужно давать сдачи!!! …. И, видимо, РАНО!!! Или не правильно говорили!! Не знаю в чем дело, но дочка начала всех БИТЬ!!! Не нравится человек – возьмет, ударит!!! А если ее ударят, то так и не дает сдачи!! ОРЕТ!!
Помогите, пожалуйста!! Что мы, родители, делаем не так!!!???? Не хочется, чтобы ребенок в будущем стал затюканным, или драчуном!!!
Заранее, Спасибо ОГРОМНОЕ!!!»

#  Давайте сначала разберемся, что значит «давать сдачи» и в каком ключе это вообще приемлемо.

**«Давать сдачи» в нашем обществе означает — если тебя обидели, ответить этому человеку. Причем, даже есть соответствующая фраза, которая отражает суть механизма регулировки этой сдачи – око за око. То есть,  это значит: если тебя оскорбили словесно, ты должен постоять за себя словами; если тебя толкнули, ударили, то ты должен ударить в ответ; если у тебя забрали** игрушку, отбери игрушку обратно. Это социально приемлемые механизмы урегулирования конфликтов, приемлемые варианты сдачи, которые может себе позволить ребенок.

Почему я говорю ребенок? Потому что в нашем цивилизованном обществе не принято давать сдачи кулаками в принципе (хотя и тут можно поспорить :)), даже если тебе физически что-то сделали**.  Умный драки избежит, что называется**.

Давайте говорить именно про детей. В основном такие вопросы, как давать или не давать сдачи, касаются дошкольников, поэтому давайте будем говорить именно о дошкольном возрасте. Получается, что ребенок-дошкольник должен сам регулировать ту степень своего воздействия на другого ребенка, ту степень «сдачи», которую он может себе позволить в данной ситуации. Т.е. оценить объективно поведение обидчика и выбрать подходящий вариант отпора.

### Но заметьте, что еще существует такой момент, как эмоциональная значимость происшествия, требующего от ребенка постоять за себя и ответить обидчику.

**Если ребенку сказали что-то очень-очень обидное, то, что его очень сильно задело. Или, например, проходящий мимо ребенок толкнул его или ударил,  и ваш уронил свою самую любимую драгоценную игрушку или пролил воду на свой рисунок, над которым он трудился последние полчаса… Для вашего малыша это расстройство очень большое…И в такой ситуации ребенку-дошкольнику ну очень сложно действовать объективно.**

**В первую очередь, мы говорим о том, что ребенку, да и многим взрослым тоже, на эмоциях очень тяжело отрегулировать то, на сколько сильно его обидели.**

**Обычно получается так, что словесно мы обычно отвечаем, когда мы себя контролируем, когда нас это не очень сильно задело, а физически** мы отвечаем, когда уже «закипели», когда чаша терпения переполнена. Вот и получается, что если ребенка сильно обидели словами  и задели даже не физическим ударом, а что-то с игрушкой его сделали, на что он очень сильно обиделся или из-за чего очень сильно расстроился, соответственно, дошкольник в такой ситуации дает сдачи именно физически.

### Разрешать ли ребенку давать сдачи? — Еще один важный аргумент.

У дошкольников существует такая проблема, как незрелость произвольности. Что такое произвольность? Произвольность – это способность регулировать свою деятельность сознательно. Это умение анализировать свои действия, анализировать причины своих поступков и контролировать свое поведение.

У детей произвольность начинает созревать с четырех лет. И только в четыре года ребенок может начинать потихонечку контролировать, потихонечку рассуждать о том, к чему могут привести его конкретные действия, о том, надо их делать или не надо, и свои эмоциональные порывы он только может начинать контролировать.

#### К каким выводам этот факт нас приводит? К пониманию того, что дошкольники в большинстве своем не могут адекватно регулировать момент «давать сдачи» или не давать.

### Стоит отметить важный момент — темперамент и «сдачу».

Все мы знаем, что есть дети, которые вообще не могут за себя постоять. В основном это дети сами по себе тихие, что называется, меланхолики, флегматики.

А холерики более эмоциональные, более вспыльчивые, соответственно, у них и произвольность несколько более задержанно формируется. Не критично, но все-таки это тоже имеет значение, эмоционален ребенок сам по себе или нет.

И получается, что очень большая проблема возникает, когда родители учат своего дошколенка давать сдачи.

### Приведу пример из моей практики, хорошо иллюстрирующий результаты обучения ребенка давать сдачу:

Спокойный шестилетний мальчик, такой тихий, стеснительный. Он никого никогда первый не обидит, никогда первый ни на кого не наругается, тихий-спокойный. Папа его начал лет в пять-шесть учить активно давать сдачи, ведь «ну ты же мужик, нужно уметь за себя постоять».

Дело кончилось чем? Дело кончилось тем, что в одной ситуации ребенок таки дал сдачи. Но кому он дал сдачи? Он дал сдачи не другому мальчику, не обидчику сильному.

Почему? Потому что дети в первую очередь пробуют свои силы в ситуации, когда нестрашно. Давать сдачи обидчику, который в два раза больше него, ребенок в первый раз навряд ли будет, потому что инстинкт самосохранения, естественно, работает.

Если говорить про этого мальчика, там возникла ситуация, что девочка забрала у него какую-то игрушку на прогулке, а он взял камень и ударил её по голове. Разбил девочке лоб, кровь, зашивали…

О чем это говорит? Мальчик очень сильно обиделся, его это очень сильно расстроило, была переполнена чаша терпения, что называется. И шестилетний ребенок не смог отконтролировать свои действия, он не смог их оценить, не смог спрогнозировать, к каким последствиям они приведут. В результате, сами понимаете, скандал, все дела…

## К чему быть готовыми, если разрешаете ребенку давать сдачу?

**Когда вы говорите ребенку, что он может ударить кого-то в ответ, что может применить физическое насилие, то, поймите, не факт, что ребенок будет применять физическое насилие в той ситуации, в которой вам хотелось бы.**

**Чаще всего ребенок в результате таких разрешений на физическую агрессию начинает пробовать агрессию вообще.**

**Он же не знает социальных норм, он их пробует на практике, пробует в разных ситуациях применить физическое насилие как способ разрешения конфликта. И, естественно, он промахивается периодически.**

#### Если вы разрешаете ребенку давать сдачи, будьте готовы к тому, что будут конфликты между детьми, что будут драки, и что потом придется за это отвечать, что, возможно, ваш ребенок принесет сильный физический урон другому ребенку.

**Потому что эти ситуации могут быть абсолютно непредсказуемы. Ведь даже у младших школьников случаются ситуации из серии того, что его обозвали, а он взял стул и огрел обидчика по спине. Я такие ситуации тоже знаю.**

**Поэтому я не рекомендую давать детям «добро» на то что надо давать сдачи физически. Словами, конечно, пожалуйста. Но физически я не рекомендую.**

**Почему? Потому что лучше придерживаться этого запрета и учить ребенка давать сдачи словами, а за физически адекватный ответ обидчику** немного пожурить, **обсудить эту ситуацию, проанализировать и так далее.**

**Ведь иначе получается какой парадокс? Родители  ребенку разрешили давать физическую сдачу, в результате он их  послушался, дал сдачу… ну не рассчитал немного… а потом огребает сам по полной, и еще и родители ругают за то, что он сделал так, как они ему разрешили.**

**Надо держаться последовательности в действиях, дорогие родители. Я всегда против такой непоследовательности, поэтому лучше запретить давать сдачу или максимально ограничить ситуации, в которых можно себе позволить физический ответ обидчику. Например, если тебя ударят, то ты можешь ударить в ответ, в других ситуациях ты никоим образом свою агрессию не проявляй.**

### Мальчики и девочки… давать ли сдачи?

**Плюс еще имеют большие различия мальчики и девочки, потому что многие родители считают, что мальчик должен уметь постоять за себя. Но опять-таки, он должен уметь постоять за себя, ответить на удар или заблокировать удар соперника, но первым не нападать. Поэтому очень будьте осторожны с формулировками. Объясняйте детям, что значит дать сдачи.**

### Многих беспокоит то, что их дети не могут вообще за себя постоять. У них отобрали игрушку, они стоят и плачут.

Здравствуйте, Светлана Вячеславовна! Меня зовут Мадина,мне 29 лет. Я мама двух замечательных сыночков, старшему 6, младшему 3 года. проблемы начались со старшим(его зовут Никита) когда он пошёл в дет.сад.Тогда ему было 5 лет. Суть проблемы в том, что он не даёт сдачи обидчику. Он и так сильно обидчив, не уверен в себе, тревожен. Но когда его поколотят в саду мальчики( обычно почему-то обидчиков всегда по двое),он долго переживает,видно что его это задело до глубины души,он часто об этом вспоминает. Когда я спрашиваю "почему ты не дал сдачи?" он отвечает:" Забыл.." надо сказать,что у нас в [семье](http://www.all-psy.com/cat/semya.html) я занимаю лидирующую позицию..так уж вышло...хоть я и не работаю,но решения принимаю сама.Но сразу уточню: муж в [семье](http://www.all-psy.com/cat/semya.html) не безволен(что бы не сложилось неправильное впечатление,будто наш папа дома "никто" :)Дети его обожают,и мне кажется что они его любят больше меня...Вобщем,суть вопроса в следующем.Как исправить ситуацию со старшим сыном? как научить его давать сдачи, защищать себя,стать смелее. Никита сам решил ходить на каратэ,что бы,как он выразился, научиться драться.Понимаю,что даже если он научится драться,ему не хватает СИЛЫ ДУХА ударить.

Думаю, одна из возможных причин сложившейся ситуации кроется в последнем предложении Вашего письма (" Понимаю,что даже если он научится драться,ему не хватает СИЛЫ ДУХА ударить"). **Вера или неверие мамы в ребенка является мощным фактором формирования его характера**. Известный мультипликационный герой капитан Врунгель сказал: "Как ты яхту назовешь, так она и поплывет". Это прямая метафора к тому, как плавает Ваш Никита в океане жизни. **Если он ощущает, слышит, видит Ваше представление о нем: "сильно обидчив, не уверен в себе, тревожен", то ему ничего не остается как оправдывать эти ожидания.** Уверенна, что Вы можете коренным образом изменить ситуацию, Ваш ребенок очень разумен, самостоятелен, целеустремлен и смел, иначе он не принял бы решения записаться в секцию каратэ. Опишу несколько возможностей к изменению. Для начала важно заменить слова, описывающие Вашего сына как тревожного и не уверенного в себе, на фразы, позволяющие ему осознать, **что Вы думаете о нем как о сильном и мужественном человеке, например, "замечательно, что ты решил посещать спортивную секцию, ты решительный и смелый, я уверенна в твоих успехах". Ежедневно находите минимум по три ситуации, где Никита проявил свои силу и мужество, и говорите ребенку об этих ситуациях, озвучивая, что Вы гордитесь им. Если ребенок сообщит Вам, что его побили другие мальчишки, то Важно прежде всего проговорить о его чувствах. Например, "тебе досадно, что так произошло, наверное было больно". Такие фразы необходимо говорить с повествовательной интонацией, чтобы ребенок осознал, что Вы понимаете** его чувства. **Затем Никиту важно спросить, как он думает, что возможно сделать для изменения ситуации** (это поможет ребенку самостоятельно принять решение)Можно поговорить с супругом, чтобы он рассказал сыну, как сам справлялся с подобными ситуациями в своем детстве. Еще есть немаловажный фактор, сильный мужчина появляется рядом с женщиной, которая если  не проявляет слабость, то хотя бы создает видимость этого проявления. Продумайте в каких моментах Вы можете положиться на решения своего супруга и еще двух будущих мужчин - Ваших сыновей, где можете проявить слабость, чтобы они смогли проявить силу, поухаживать за Вами, почувствовать себя могучими и мужественными. Уверенна, как только Вы начнете действовать, у Вас получится хороший результат. Желаю удачи!

**В таких ситуациях важен вот еще какой момент: подумайте, а как ВЫ отстаиваете интересы ребенка в данной ситуации? Ребенок учится отстаивать свои интересы на том примере, который ему показывают родители.**

**Если у маленького ребенка, годовасика, двухгодовасика, кто-то отобрал игрушку, и родитель говорит, что надо делиться, его интересы не отстаивает, то, естественно, такой ребенок не будет обладать опытом разрешения такой ситуации, он не будет уметь за себя постоять.**

**Родителям необходимо учить ребенка правильно вести себя в данной ситуации. То есть, отобрали у вашего ребенка игрушку, и вы за ребенка сначала говорите: «Это наша игрушка, и мы с ней еще не доиграли, отдай нам ее».**

**Смысл в том, чтобы научить ребенка словами требовать свое обратно. Если у кого-то что-то отобрали, или кого-то обидели, возможно применять разные словесные формулировки, которые вам ближе.**

## Поэтому учите своего ребенка именно словесной инструкции, словесному разрешению проблемы, и сначала сами говорите за ребенка, а потом ребенок сам начнет подражать вам, так же

## говорить, так же отстаивать свои интересы.

P.S. Кстати, знаю еще один пример не совсем словесного отстаивания своих интересов, но тоже очень действенного. Была у нас одна девчушка — Маруська, которая в свои два с хвостикам не разговаривала практически, и поэтому, если кто-то на нее покушался, то она начинала орать как резаная Раза три ее так попробовали обидеть и больше не подходили, т.к. обидчики сами ее крика пугались.