**Детские обиды**

Пятовская А.В. корреспондент

Обида – это болезненные переживания, которые ощущает человек, когда его отвергают, игнорируют, не хотят общаться.

В состоянии "обиженности" ребенок может чувствовать себя недооцененным, ущемленным и ненужным.

Самые первые обиды можно проследить у детей уже в 2-4 года. Но в этот период детские обиды не переживаются детьми особенно остро, и легко поддаются корректировке. И помочь ребенку в этом случае достаточно просто. Для этого родителям нужно лишь отвлечь внимание ребенка, и нацелить его на что-то другое.

Обида как чувство, и обидчивость как черта характера начинают проявляться у дошкольников после 5 лет. Это связано с интенсивным формированием личности ребенка, он начинает нуждаться в похвале, уважении и в признании со стороны взрослых и детей.

Однако следует отметить, что обида – это нормальное чувство, если его вызвала вполне адекватная причина. Адекватным можно считать повод, когда имеет место сознательное отвержение, неуважение или обман ребенка, ущемление его прав и свобод. Когда взрослый или другой ребенок сознательно хотят нанести вред малышу, получая от этого удовольствие или какие-то выгоды. Неадекватной же причиной для обиды считается то, когда ребенок сам наделяет взрослых и сверстников, которые не оправдали его ожиданий теми или иными чертами, и приписывает им неуважение и нелюбовь к самому себе. От чего в первую очередь начинает страдать сам. Именно неадекватное реагирование и порождает такую черту как обидчивость ребенка.

Ситуации вызывающие у малыша негативные чувства, связанные с обидой.

 - Ситуации отказа в значимых для ребенка вещах. Например, когда родители или воспитатели не дают игрушку, которую давно обещали, отказывают в подарке, не дают поиграть в любимую игру и т.д.

 - Ситуации, когда ребенок чувствует игнорирование и превосходство других. Когда ему не дают возможность проявить себя в какой-то важной для него роли, не приглашают играть, не дают своих игрушек, не хотят с ним дружить.

 - Ситуации, в которых малыш чувствует себя ущемленным, когда его дразнят и обзывают.

 - Ситуации, когда ребенку не уделяют внимание, не хвалят, дают понять, что кто-то другой мог бы лучше справиться с его задачей, или что другой ребенок лучше него.

Во всех перечисленных случаях, ребенок чувствует себя обделенным и неполноценным. В такие моменты он особенно нуждается в любви, заботе и понимании родителей.

Как же помочь ребенку преодолеть чувство обиды.

- Каждый ребенок нуждается в том, чтобы его старания заметили, одобрили действия и похвалили его труд. Любая поделка, нарисованная картинка, рассказ, стихотворение, уборка в комнате – все это может послужить хорошим стимулом для похвалы ребенка. Однако родителям стоит знать, что похвалы никогда не бывает достаточно.

Обязательно поощряйте отличное поведение, добрые поступки, но никогда не давайте оценок, чтобы не акцентировать внимание на качествах характера ребенка.

Не сравнивайте его с другими детьми, чтобы сверстник впоследствии не воспринимался как соперник и источник обиды. Пожалуй, это основное правило для профилактики и предотвращения обидчивости.
      - С раннего детства давайте понять вашему малышу, что оценка окружающих – это еще не истина в последней инстанции, а лишь взгляд со стороны. Отношения других детей к нему – не самое главное в его жизни, и каждый имеет право на свою точку зрения. Другие люди не сосредоточены на его персоне, а просто живут, занимаются своими делами, играют, разговаривают, делятся своими мыслями.

 - Направляйте энергию и эмоции ребенка в нужное русло. Если ваш ребенок чувствует себя обиженным, постарайтесь переключить его мысли в русло творчества и полноценного общения. Пусть лепит, рисует, общается с детьми, которые станут для него не потенциальными обидчиками, а партнерами по игре. Создайте условия, чтобы ребенок смог играть с другими людьми, и получать удовольствие от самой игры, взаимодействовать с ними и испытывать сопричастность. Для этого подойдут игры с правилами, ролевые игры.

Именно таким образом ребенок научится видеть в других людях своих партнеров и друзей. И сможет избежать ненужных ссор и обид.

Успехов Вам, в понимании и воспитании ваших детей.

Источник: https://kopilkaurokov.ru/