Учим ребёнка защищаться

**Что лучше – уметь постоять за себя или дать сдачи?**

Многие родители (особенно папы мальчиков) говорят своим детям: «Ты должен уметь постоять за себя». Но обычно не уточняют, как именно ребёнок должен это сделать или подразумевают только применение физической силы.

Давайте разберёмся, что подразумевают под собой понятия «защитить себя», «дать сдачи» и «постоять за себя».

Защитить себя – это значит применить защиту, показать свою уверенность и способность противостоять обидчикам. А чтобы ребёнок смог это сделать, родители должны психологически подготовить его к ситуациям конфликта, которые могут с ним случиться, и объяснить, как вести себя в зависимости от обстоятельств.

Например, если сосед по парте обзывает тебя жадиной, не обязательно давать ему учебником по голове или пускать в ход кулаки. Но если он вымогает у тебя деньги или вместе с другими ребятами начинает травить и унижать, твоя реакция должна быть совсем другой.

**Пути выхода из конфликтной ситуации**

Чтобы ребёнок приобрёл нужный опыт общения с людьми и миром, ему нужно научиться разрешать конфликтные ситуации. Конечно, на определённом этапе развития за него это могут сделать родители, но в дальнейшем он должен сам находить выход из острой ситуации.

Рассмотрим основные пути разрешения конфликта, доступные детям:

**1. Соперничество**

Если ребёнок выбирает эту стратегию, значит, он до конца будет отстаивать свои интересы всеми доступными ему средствами, не исключая применение физической силы.

**2. Уход от конфликта**

Школьник или подросток отказывается вступать в диалог с обидчиком, не стремится дать отпор.

**3. Компромисс**

Путь компромисса предполагает стремление договориться с соперником, порой с помощью обмана и лести.

**4. Сглаживание конфликта**

Ребёнок жертвует своими интересами в пользу соперника (отдаёт свою игрушку или сладости, даёт списать домашнее задание).

**5. Разрыв отношений**

Это прекращение всяческого общения с соперником, демонстрация ему глубокой обиды и неприязни. Такая стратегия часто используют дети дошкольного возраста.

**6. Сотрудничество**

Путь сотрудничества с обидчиком требует от ребёнка высокой поведенческой культуры и развитых коммуникативных навыков. Это стратегия предполагает переговоры, совместный поиск решений и конструктивное разрешение конфликта.

Задача родителей – рассказать ребёнку обо всех путях выхода из конфликтной ситуации и обсудить их.

Выбор определённой стратегии поведения во многом будет зависеть и от самой ситуации, и от способности ребёнка оценить грозящую ему опасность.

Глупо и небезопасно будет первокласснику защищать своё имущество или применять физическую силу, если на него в подъезде нападут хулиганы. Но в то же время стоит дать отпор соседскому мальчишке, вымогающему деньги у тех, кто младше. Если ребёнок сам не может этого сделать, он должен обязательно рассказать о происходящем взрослым.

**Стоит ли учить ребёнка драться: за и против**

Как мы уже выяснили, конфликты в жизни ребёнка неизбежны. Но он должен обязательно научиться их решать, чтобы обрести уверенность в себе и собственных силах.

Ни для кого не секрет, что в нашем обществе основным способом разрешения всех острых ситуаций считается пускание в ход кулаков. Даже выражение «дать сдачи» подразумевает именно применение физической силы, а не словесное отстаивание своих интересов.

Так стоит ли учить ребёнка защищаться от обидчиков посредством кулаков? Мнения родителей в этом вопросе диаметрально противоположны.

Мы решили рассмотреть все «за» и «против» в данном вопросе.

**Аргументы «за»:**

1. Ребёнок, владея элементами самообороны, сможет защитить себя в любой ситуации, в том числе и от нападения хулиганов.
2. Школьник или подросток будет чувствовать уверенность в собственных силах в любой острой ситуации.
3. Если ребёнок занимается спортивной борьбой, это положительно сказывается на его здоровье, воспитывает выносливость, дисциплинированность и выдержку.

**Аргументы «против»:**

1. Привыкая пускать в ход кулаки, ребёнок будет рассматривать этот способ как единственно возможный в разрешении конфликта.
2. Давая сыну или дочери «добро» на применение физической силы, родители не учитывают тот факт, что ребёнок будет её применять по отношению ко всем, в том числе и к слабым противникам.
3. Ребёнок может нанести кому-то сильный физический урон, за что придётся отвечать его родителям.
4. Нередки случаи, когда ребёнок не учитывает физические возможности противника. В результате тот оказывается сильнее, и уже ваш сын или дочь может получить травмы и повреждения.

Как мы видим, аргументов «против» в этом вопросе всё-таки больше. Поэтому родителям важно научить ребёнка простому правилу: если тебя ударят, тебе необходимо защитить себя и ты можешь ударить в ответ, но никогда не поднимай руку первым, особенно на девочек и тех, кто слабее тебя.