



Если ребенка дразнят

Дети сталкиваются с дискриминацией и ксенофобией очень рано, и чем больше ребенок отличается от других, тем больше родители волнуются за его благополучие в кругу сверстников. Как помочь ребенку, если его дразнят за его физические качества – рост, возраст, цвет волос или веснушки, или даже за физические недостатки – плохое зрение, заикание, хромоту? Есть несколько решений, давайте их рассмотрим.

Кто переживает?

Нередко оказывается, что сам ребенок в дошкольном возрасте, да и позже, нисколько не переживает из-за своего отличия или недостатка и не обращает внимания на подколки сверстников. Переживать и нервничать его учит тревожный родитель.

Поэтому первое, что вам нужно сделать, это поставить в разные углы чувства ребенка, его реальные переживания - и ваши собственные чувства, тревоги или даже личный опыт. Присмотритесь внимательнее к самому ребенку – насколько он обращает внимание на ситуацию, болезненна ли она для него. Старайтесь не насаждать ребенку свои собственные реакции.

Если же вы видите что проблема всё-таки есть у самого ребенка – действуйте. Но помните, даже в этом случае ваша личная реакция только умножит его переживания, так что абстрагироваться от своих собственных эмоций полезно и в этом случае.

«Не обращай внимания!»

Часто эта фраза - единственная помощь, которую ребенок может получить от родителя в ответ на такую проблему. Это хороший совет, но совершенно бесполезный, потому что воспользоваться им никто никогда не сможет. Чтобы не обращать внимания на то, что нас задевает, ранит или оскорбляет, нам нужно очень сильно вырасти над собой, изменить приоритеты, преисполниться внутренней силой. Поэтому, если вы хотите, чтобы ребенок не обращал внимания, недостаточно просто сказать эту сакраментальную фразу: надо научить его, как это делать. Если вы не знаете, как этому научить – не давайте такого совета.

Но всё-таки не игнорируйте тему - как реагировать на подколки. Ребенок зачастую сам не может найти подходящий выход. Поразмыслите над этим всерьёз, вместе с ним. Вы можете помочь ребенку найти в себе силы не показывать обидчикам, как они его ранили, или научить чувствовать своё превосходство над ксенофобами.

Но всё это получится только при одном условии – вы дадите ему возможность, приходя домой, выговориться, получить адекватную поддержку, пожаловаться. Словом, расслабиться и быть собой. Если вы не будете его выслушивать, будете отмахиваться или принимать его переживания слишком

близко к сердцу - ребенок закроется и от вас тоже, и в итоге негативные чувства, не найдя выхода, будут отравлять его изнутри.

Внешний вид: что можно изменить

Духовный рост над собой и эмоциональная поддержка - это безусловно лучшее средство. Но родителям никогда не стоит забывать о таких примитивных способах борьбы, как мода или технологии. Несколько разных, забавных оправ с веселыми зверюшками или героями мультиков могут изменить для дошколёнка и его сверстников мнение об очкариках. Правильно подобранная оправка – элегантный аксессуар для девочки-подростка, а немного затемнённые стёкла придадут мальчишке загадочный или хулиганский вид. Любой недостаток или отличие от других можно обыграть как часть образа.

И не забывайте о том, что детям нужна ваша помощь, они не могут позаботиться о себе сами. Даже «независимый» подросток далеко не всегда может сам решить проблему своих прыщей - и не только от недостатка денег, но и потому что в этом возрасте люди не могут, не умеют о себе заботиться. Найдите ему хорошего врача и помогите решить проблему. Недостаточно просто дать крем, проследите, что он им пользуется и делает это правильно. Помните, даже если ваш мальчик выше вас на голову, в 15 лет он ещё не взрослый.

Лучшая защита – нападение

Один из самых надёжных способов защититься от каких-либо нападков или неудобных вопросов – начать первым. Не прятать свою особенность, надеясь что её никто не заметит, а сделать её своей «фишкой» - например вставлять в брекеты стразы или наклейки со смайликами. Или самому первым начать подтрунивать над собой – хорошая самоирония сделает человека привлекательным и уважаемым и сразу выведет из списка жертв. Или сразу беззлобно и прямолинейно разрешить людям пялиться на шрам на своей щеке – тогда уже им будет неловко.

Приёмов такого поведения много, и это не только хороший вариант избежать нападков, но и прекрасный способ смириться со своим недостатком, принять его и ввести в свою жизнь.

Свои люди

Дети, имеющие какие либо физические особенности или инакость характера, мышления, взглядов, значительно лучше чувствуют себя во враждебном социуме, если у них есть ещё какой-то другой круг – единомышленники, разделяющие интерес, объединенные чем-то. Если ребенок, подросток социально реализован в какой-то своей "тусовке", он значительно легче отгораживается от нападков агрессивных одноклассников – ведь у него уже есть "свои люди".

Увы, такими людьми не может быть семья. Точнее, может, но только для дошкольника или младшего школьника. Уже к 10-11-ти годам семье ребенку становится недостаточно,

появляется потребность в своем социуме. Наверное каждая мама мечтает, чтобы таким кругом стал шахматный кружок, спортивная секция или подготовительные курсы для ВУЗа. Но даже если таким местом станет не собрание вежливых интеллектуалов, а какая-то молодежная субкультура – это хорошо, это совершенно нормально и поможет ребенку справиться со своей жизнью ничуть не меньше, чем «правильный» круг общения.

Если проблема серьёзная

Мамам особых детей или детей-инвалидов наши проблемы с очками и прыщиками могут показаться ерундой, ведь инвалидное кресло никак не спрячешь, а брахидактилию трудно обыграть аксессуарами. Конечно, вашим детям приходится труднее, чем другим, и вы это знаете, вы к этому готовы. Какие-то варианты, из тех что мы обсудили в этой статье, вам тоже подойдут. Но если ребенок страдает от нападков или неприятия в социуме и вы силами своей семьи не справляетесь – не стесняйтесь обратиться за помощью и советом к профессионалу, детскому психологу или книгам. И конечно, к вашим коллегам – мамам особых детей. Ведь у них накоплен огромный опыт и есть чем поделиться друг с другом.