**Как преодолеть конфликты с одноклассниками**

В любом коллективе, в т. ч. детском, формируются и закрепляются определенные нормы и ценности, которые в той или иной степени должны разделять все его участники. Групповые нормы - это определенные правила, выработанные группой, принятые большинством, и регулирующие взаимоотношения между членами группы. Группа либо поощряет своих членов, исполняющих ее требования (повышается уровень их эмоционального принятия, растет статус и т. д.) либо наказывает тех, чье поведение не соответствует нормам. Виды наказаний бойкот, снижение интенсивности общения с провинившимся, понижение его статуса, исключение из структуры коммуникативных связей и даже регулярные издевательства над подростком. Что могут сделать родители и ребенок, чтобы защитить себя?

**Рекомендации родителям**

1. Следует заранее предупредить учителя об особенностях своего ребенка (заикание, необходимость принимать лекарства по часам, нервные тики и пр.) и самим не запускать такие проблемы - заболевания необходимо отслежи­вать и по возможности лечить,
2. Если травля уже началась, можно пожаловаться классному руководителю или любому другому педагогу. Учитель постарается разобраться во взаимоотношениях детей, поговорит с обидчиками, если нужно - вызовет в школу их родителей и попросит провести воспитательную работу со своими детьми. Все претензии и жалобы желательно оформить письменно и направить их классному руководителю, администрации школы, в кабинет по защите прав несовершеннолетних; или обратиться лично. Не старайтесь справиться с ситуацией в одиночку, обязательно привлеките в союзники учителей, школьного психолога и других родителей.
3. Задача родителей - обеспечить ребенка всем необходимым в соответствии с общими школьными требованиями. Если для уроков физкультуры требуется белая футболка, не предлагайте дочери или сыну розовую. Учителю это, может быть, ине важно, а одноклассники станут дразнить ребенка.
4. Если ребенок регулярно становится жертвой издевательств со стороны одноклассников, то его нужно изъять из той среды, в которой он находится. Чтобы ребенок лучше адаптировался ипреодолевал трудности, он должен сохранять позитивное представление о себе. Если насилие со стороны сверстников уже произошло, или начался процесс постоянного морального давления, издевательств, это означает, что психика ребенка либо слаба, либо имеет серьезные изъяны, которые срочно нужно исправлять. И только когда эта работа будет успешно выполнена, ребенка можно будет вернуть в реальную агрессивную среду. Выбор же, менять или не менять школу, зависит от конкретных обстоятельств: позиций обидчиков, наблюдателей, педагогов и пр.

Не надо бояться конфликтов со сверстниками - они неизбежны. Надо быть готовым к тому, что дети могут испытывать неприязнь к вашему ребенку или будут к нему равнодушны. Подготовьте его к тому, что не все окружающие будут его любить.

**Правила психологической самообороны для школьников**

1. Не поддаваться на провокации. Ребенок должен уметь отказать сверстнику, если что-то ему неприятно, не нравится, или если его заставляют делать то, что не разрешают родители. Например, сыну запрещено выходить за пределы двора. Найдется ребенок, который поднимет на смех «маменькиного сыночка». Заранее обсудите с ребенком подобную ситуацию. С достоинством выйти из нее можно, сказав: «Мои родители очень волнуются за меня. Я дал слово не уходить со двора, а я свое слово всегда держу».

Нужно обязательно научить ребенка отстаивать свою позицию, уметь прогнозировать поступки других людей, отсекать провокации в их интонациях и действиях, отслеживать все значимые поведенческие моменты в коллективе, уметь различить манипуляцию, распознать ложь до того как он станет жертвой.

1. Не дать застать себя врасплох. Действуйте по принципу: предупрежден -значит вооружен. Ребенка могут дразнить из-за внешности, фамилии и т. д. Обсудите это с сыном или дочерью заранее. Придумайте вместе всевозможные варианты дразнилок, тогда в исполнении других детей они прозвучат уже не так обидно.
2. Уметь ответить. Ребенка надо «тренировать» дома, учить его, что сказать или сделать в той или иной ситуации. Во многих конфликтах важно, чтобы последнее слово осталось за ребенком. Это позволит ему «сохранить лицо» в неприятной ситуации и избежать дальнейших нападок. Нет ничего страшного в том, что родители с ребенком заранее придумают несколько ответов на обязательства. Например, если дразнят «толстым», можно ответить тем же: «Сам такой!» или «А ты - скелет ходячий!» Или дать понять, что его это ни капельки не задевает: «И горжусь этим! Хорошего человека должно быть много! Ты не понимаешь, я не толстый - я солидный». Главное не что ребенок скажет, а как он это скажет. Луч­шая защита - спокойная, насмешливая интонация.
3. Менять тактику поведения. Разберите с ребенком типичный конфликт со сверстниками. Обычно он ведет себя по заданной окружающими схеме, каждое его действие предсказуемо - в этом особая радость для преследователей. Предложите ему в следующий раз на стандартную ситуацию отреагировать неожиданным для обидчиков образом и тем самым испортить им все удовольствие. Например, можно начать смеяться вместе с задирами.
4. Не быть пассивной жертвой. Сверстники часто испытывают товарища «на прочность». Приставать к ребенку обычно начинает кто-то один, а другие «подхватывают эстафету» позже. Дать отпор важно именно на первом этапе. Иногда полезно ответить обидчику тем же - грубостью на грубость, а иногда и ударом на удар. Например, отнимают вещи - не давай отнять, забери их силой. Защищай себя. Не начинай драку первым, но на удар ответь ударом, пусть неумелым, но дай понять, что с тобой не так просто справиться.

***Но главной и самой надежной защитой для ребенка является чувство соб­ственного достоинства и уверенность в себе. Родительская любовь и поддержка при этом - самые надежные союзники.***