**Если ваш ребенок – «белая ворона»**

В последнее время ваш малыш стал апатичен, депрессивен и вял, он отказывается ходить в детский сад или в школу под предлогом, что у него «болит голова»? Вполне возможно, он стал объектом насмешек и морального прессинга в коллективе. Что же делать, если ваш сын или дочь обрели незавидную репутацию «белой вороны»?

*Как становятся «белыми воронами»?*

Зачастую объектом насмешек в детском коллективе становится ребенок, визуально отличающийся от общей массы. Например, ребенок другой национальности, имеющий проблемы с лишним весом или «очкарик». Но бывает так, что жертвами становятся по воле случая. Как правило, в каждом коллективе имеется зачинщик, который «зондирует» коллектив, высмеивая то одного, то другого ребенка. Тот, чья реакция будет наиболее болезненной, становится главным претендентом на звание «белой вороны». В большинстве случаев, зачинщики и агрессоры – это дети, стремящиеся обрести статус лидеров и зарабатывающие популярность в классе за счет унижения сверстников. Изгоями же в основном становятся дети с заниженной самооценкой, не способные постоять за себя.

*Как помочь непопулярному ребенку?*

* Важно научить малыша общаться. Вы можете помочь ему с адаптацией - принимайте активное участие в различных мероприятиях детского сада или школы, проведите сами внеклассное мероприятие: праздник в рамках дома с конкурсами, увлекательную экскурсию. Ваш успех в роли организатора таких мероприятий может повлиять на отношение сверстников к вашему ребенку.
* Самое главное для ребенка, ставшего объектом издевательств, – это возможность поделиться своей проблемой и получить мгновенную поддержку родителей. Поэтому большая ошибка взрослых – не придать значения жалобам малыша, сказать, что «все это ерунда» или объявить, что он «должен уметь сам защищаться». Хуже всего, когда родители обвиняют самого ребенка в проблеме, это может расцениваться им как предательство, лишить его всякой уверенности в себе и лишь усугубить его положение. Если ребенок не посвящает родителей в коллективные конфликты, возможно, он не хочет вмешательства взрослых или стыдиться своего положения. В этом случае важно поговорить с ребенком по душам, дать ему понять, что вы готовы его выслушать и оказать ему поддержку.
* Не побуждайте ребенка защищаться кулаками. Следует сразу же вмешаться в ситуацию, поговорить с воспитателем или классным руководителем. Жертвами агрессора могут быть и другие дети, поэтому проблему следует решать именно на уровне школы или детского сада.
* Некоторые родители решают проблему сменой школы или детсада. Но, сменив коллектив, ребенок не получит никаких гарантий, что он повторно не станет изгоем! По мнению психологов, аутсайдер – это не просто статус в коллективе, а определенное психологическое состояние с характерной для него заниженной самооценкой.
* Стоит обратить внимание на факторы, делающие вашего ребенка уязвимым в глазах сверстников - лишний вес, старомодная одежда, слабое зрение. Запишите ребенка в секцию восточных единоборств (он не только научится приемам самообороны, но и получит психологическую закалку), займитесь его гардеробом, купите ему линзы. Также посещая секцию, ребенок общается с «альтернативным» коллективом, где он выступает уже не в роли изгоя, а в роли полноправного участника общего творческого процесса. И, наконец, помните: чем больше поддержки вы окажете своему ребенку сейчас, тем меньше вероятности, что неприятный эпизод из детства оставит глубокий след в его памяти.

Детский мир сильно отличается от взрослого. Главное, помнить, что мы тоже были детьми и искали у взрослых поддержки и любви. Мы не были идеальными, но очень хотели быть счастливыми. Помните об этом и будьте мудрыми родителями.

Литература

1. <https://detinform.ru/esli-vash-rebenok-belaya-vorona.html>
2. <https://mel.fm/blog/yevgeny-lange/16582-effekt-beloy-vorony-chto-delat-roditelyam-esli-rebenok-podvergayetsya-bullingu-v-shkole>
3. [Макавинта Кортни](https://www.ozon.ru/person/makavinta-kortni-74393226/), [Вандер Плайм Андреа](https://www.ozon.ru/person/vander-playm-andrea-100050003/). Ты имеешь значение! – 2019

*Материал подготовила Земскова Нина Валерьевна,*

 *педагог-психолог ОЦДиК.*