

## Консультация для родителей



### «Как учить ребёнка дружить и достойно принимать отказ»

#### **1. Учим проигрывать дома в контролируемых условиях.**

❖ Используйте настольные игры, мемо, лото или простые игры по правилам.

- Никогда не поддавайтесь — пусть ребёнок сталкивается с настоящим проигрышем.
- Поддерживайте словами: «Ты проиграл, но это не делает тебя хуже», «Играть честно — это ценно».
- Через такие «маленькие поражения» ребёнок учится проживать фрустрацию и понимать: от проигрыша его ценность не уменьшается.
- 

#### **2. Учим принимать отказ.**

❖ Дома тренируйте ситуации: «Нет, конфеты сейчас не будет», «Нет, я не готова играть прямо сейчас».

- Важно, чтобы ребёнок переживал отказ в безопасной обстановке, с поддержкой, а не впервые сталкивался с этим только в саду.
- Объясняйте: «Если тебя не позвали играть — это не значит, что ты плохой. Это значит, что сегодня у них другое настроение».

#### **3. Учим уважению к себе.**

❖ Ребёнку важно знать: *не стоит бежать за теми, кто смеётся или игнорирует.*

- Дайте ему опору: «Ты можешь выбрать других друзей, можешь придумать свою игру».
- Учите ребёнка ставить собственную ценность выше одобрения других: дружба - это взаимность.

#### **4. Даём социальные навыки и темы для общения.**

❖ Научите ребёнка *рассказывать что-то интересное про динозавров, птичек, любимые мультики и прочее.*

- Подкиньте ему знания или навык, с которым он может прийти в сад и выступить «экспертом».
- Обычно такие дети быстро собирают вокруг себя компанию, и у ребёнка появляется выбор, с кем играть.

#### **5. Учим дружить с достоинством.**

❖ Говорите: «Ты можешь сам выбирать друзей, не обязательно со всеми».

- Дружба должна приносить радость, а не постоянное чувство, что тебя терпят или отталкивают.
- Поддерживайте идею: Если сегодня не берут в игру — всегда можно найти другую компанию или придумать свою игру.