

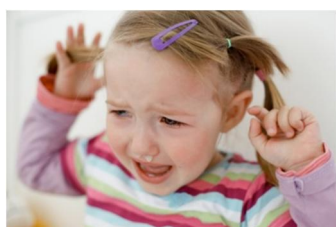
# Обидчивый ребенок. Что делать?

Личностные особенности обидчивых детей. Что делать, когда малыш обижается.  
Как помочь ребенку преодолеть обидчивость.

## Содержание:

- **Что такое обида**
- **Когда малыш обижается**
- **Обидели или показалось?**
- **Личностные особенности обидчивых детей**
- **Общий портрет**

Про обиду в народе говорят, что она «разъедает душу». Человек, который постоянно живет с этим чувством, страдает сам и создает дискомфорт окружающим, волей-неволей превращаясь в изгоя. Справиться с этой проблемой трудно даже взрослому. А как быть, если от собственной обидчивости страдает совсем еще маленький человек?



## Что такое обида

В общих чертах чувство обиды можно описать как *болезненное переживание человека (обиженного), связанное с его игнорированием или отвержением партнерами по общению*. Это переживание всегда связано с неоправданными ожиданиями и направлено на другого конкретного человека (обидчика).

Первые обиды возникают в дошкольном возрасте. Маленькие дети (до 3-4 лет) могут расстраиваться, требовать внимания к себе, жаловаться на сверстников, но не «застывают» на этих переживаниях и быстро забывают их. Во всей своей полноте феномен обиды начинает проявляться после 5 лет, в связи с появлением в этом возрасте потребности в признании и уважении — сначала взрослых, а потом и других детей. Именно в этом возрасте главным предметом обиды, как правило, начинает выступать сверстник.

## Когда малыш обижается

Обида на другого проявляется в тех случаях, когда ребенок остро переживает ущемленность своего «я», свою непризнанность, незамеченность. К этим ситуациям относятся:

- игнорирование или недостаточное внимание со стороны партнеров (например, ребенка не приглашают играть, не дают желанной роли);
- отказ в чем-то нужном и желанном (не дают обещанной игрушки, отказывают в угощении или подарке);
- неуважительное отношение со стороны других (обзывательство, дразнилки);
- успех и превосходство других, отсутствие похвалы.

Во всех этих случаях малыш чувствует себя отвергнутым и ущемленным. Однако в одной и той же ситуации каждый ребенок поступит по-своему. Один попытается уладить конфликт, другой проявит гнев и агрессию, а третий — обидится. В состоянии обиды ребенок не стремится разрешить спорную ситуацию с позиции силы — он не дерется, не нападает на обидчика, не

мстит ему. Задача малыша именно в том, чтобы продемонстрировать свою «обиженность». Обиженный всем своим поведением показывает обидчику, что тот виноват и ему следует просить прощения или как-то исправиться. Он отворачивается, перестает разговаривать, демонстративно показывает свои «страдания».

Поведение детей в состоянии обиды имеет интересную и парадоксальную особенность. С одной стороны, оно носит явно демонстративный характер и направлено на привлечение внимания к себе. С другой — «несчастные» отказываются от общения с обидчиком, молчат, отворачиваются, уходят в сторону. Подобная реакция используется как средство привлечения внимания к себе, как способ вызвать чувство вины и раскаяния у того, кто обидел. Такая демонстрация своих переживаний и подчеркивание вины другого человека явно отличает поступки обиженного ребенка от агрессивных форм поведения.

### **Обидели или показалось?**

В той или иной мере чувство обиды переживает каждый человек. Однако «порог» обидчивости у всех различный. В одних и тех же случаях (например, в ситуации успеха другого или собственного проигрыша в игре) одни дети чувствуют себя уязвленными и обиженными, а другие не испытывают подобных переживаний.

Иногда обида возникает в ситуациях вполне нейтрального характера. Например, девочка обижается, что подруги играют без нее, но при этом не предпринимает никаких попыток присоединиться к их занятию, а демонстративно отворачивается и со злостью поглядывает на них. Или мальчик обижается, когда воспитатель занимается с его приятелем. Очевидно, что в этих случаях *ребенок приписывает другим неуважительное отношение к себе, видит то, чего на самом деле нет.*

Таким образом, нужно различать *адекватный* и *неадекватный* повод для проявления обиды.

*Адекватным* можно считать повод, когда имеет место сознательное отвержение партнера по общению, его игнорирование или неуважительное отношение. Также обоснованной можно считать обиду, если ее нанес значимый для малыша человек, на признание и внимание которого он рассчитывает.

*Неадекватным* для проявления обиды является повод, когда партнеры на самом деле не испытывают неуважения или отвержения к обиженному. В этом случае человек реагирует не на реальное отношение окружающих, а на свои собственные неоправданные ожидания, на то, что он сам приписывает другим.

*Неадекватность источника обиды и есть тот критерий, по которому следует различать обиду* как закономерную и неизбежную реакцию человека и обидчивость как устойчивую и деструктивную черту личности. Закономерным следствием этой черты является повышенная частота проявлений обиды. Иными словами, обидчивыми называют тех, кто часто обижается. Такие люди постоянно видят в окружающих пренебрежение и неуважение к себе, а потому поводов для обиды у них достаточно много. Используя эти критерии в процессе наблюдения за детьми, можно выделить малышей, склонных к обидчивости.

Эта черта ярко проявляется в реакциях ребенка на успехи партнера, на ситуации, когда того хвалят. Обычно подобные факты не вызывают обиды у детей, хотя реакция у каждого ребенка на них может быть разной. Одни как бы не замечают успехов окружающих и пытаются привлечь к себе внимание взрослых (рассказывают о своих достижениях в чем-то другом, сами себя хвалят). Другие активно включаются в деятельность, стремятся выполнить свою работу как можно лучше, превзойти партнера и заслужить похвалу взрослого. А третьи демонстрируют полную растерянность, отворачиваются и вообще прекращают работу. Последний случай и есть реакция обидчивого ребенка. Восхищение работой другого оказывается для такого малыша настолько невыносимым, что он просто ничего не может делать дальше. В отличие от других,

этот ребенок может проявлять сильные отрицательные эмоции: подавленность, беспомощность, может даже заплакать. Дело в том, что обидчивые дети воспринимают чужие успехи как собственное унижение и игнорирование себя, а потому переживают и демонстрируют обиду

### **Личностные особенности обидчивых детей**

Характерная отличительная черта таких малышей — *яркая установка на оценочное отношение к себе* и постоянное ожидание положительной оценки, отсутствие которой воспринимается ребенком как отрицание его самого.

Основная трудность обидчивых детей заключается в **восприятии окружающих как источника отрицательного, пренебрежительного отношения к ним**. Вот весьма показательный пример. Малышам дали задание рассказать что-нибудь о своем друге. Обычно дети, говоря о сверстниках, называют их непосредственные описательные характеристики (веселый, ходит в красной кофточке, красивый, поет, хулиганит и т.д.). У обидчивых детей подавляющее большинство высказываний касаются только отношения других к их особе (дружит со мной или не дружит, делится или не делится, играет или не играет) По существу, героем этих рассказов является не друг, а сам рассказчик. Например: *»Я только с Люсей дружу. Только она меня жалеет, играет со мной в разные игры, рассказывает мне разные истории. А все остальные со мной не дружат«*.

Еще одна интересная особенность обидчивых малышей — **фантастический характер их рассказов**. Более чем в половине случаев эти дети выдумывают необыкновенных персонажей и нереальные истории. Например, рассказывают о своей встрече с говорящей птицей, о спасении друга от злых чудовищ, о том, как вместе с приятелем ловили дельфинов и китов и т.п. Своих реальных сверстников они будто не замечают.

В рассказах других детей подобных историй не встречается. Необидчивые дошкольники обычно рассказывают о друзьях из группы детского сада и об обычных событиях из жизни.

Собственные фантазии, в которых обидчивый ребенок обладает всеми мыслимыми достоинствами (силой, красотой, необыкновенной храбростью) закрывают от него реальность и замещают действительные отношения с другими детьми. Оценка своего «я» и отношения к себе замещает для них непосредственное восприятие сверстников и отношения с ними.

Самооценка обидчивых детей достаточно высока и мало отличается от показателей других детей. Однако у этой группы детей наблюдаются значительные *расхождения между тем, как он сам оценивает себя, и как, с его точки зрения, его оценивают другие люди*(родители и сверстники). Если папа и мама, по мнению ребенка, относятся к нему примерно так же, как он сам относится к себе, то среди сверстников, как ему кажется, эта оценка гораздо ниже. У остальных детей эти различия не столь выражены — они считают, что друзья и взрослые оценивают их примерно одинаково.

Таким образом, у обидчивых детей существует явное ощущение своей «недооцененности», непризнанности их достоинств и собственной отверженности, которое не соответствует действительности, поскольку, как правило, обидчивые дети, несмотря на их конфликтность, не принадлежат к числу непопулярных или отвергаемых. **Заниженная оценка обидчивых детей в глазах сверстников является результатом исключительно их собственных представлений.**

Данный факт указывает на еще одну парадоксальную особенность таких детей. С одной стороны, они явно ориентированы на положительное отношение к себе окружающих и всем своим поведением требуют постоянной демонстрации уважения, одобрения, признания. С другой — по их представлениям люди их недооценивают. И они постоянно настроены на негативное мнение других о себе. В некоторых случаях они *сами инициируют ситуации, в которых могли бы почувствовать себя отверженными, непризнанными, и, обижаясь на сверстников, получают от этого своеобразное удовлетворение.*

Попадая в конфликтную ситуацию, а порой — инициируя ее, обидчивые дети не пытаются разрешить трудное положение, а как бы «застревают» в ссоре и погружаются в оценивание ее участников. Осуждение одних и оправдание других (главным образом себя) является для них важным занятием, приносящим особое удовлетворение. Такой ребенок с удовольствием подчеркивает, как нехорошо с ним поступили окружающие, как они виноваты перед ним. Обвинение других и оправдание себя в этом случае становится самостоятельной задачей, более важной и привлекательной, чем разрешение конфликта. Малыш ограничивается осуждением, обвинением обидчика, оправданием «жертвы», и даже не пытается найти какой-нибудь выход из проблемной ситуации. Нередко в качестве решения выступает реакция обиды: «Я обиделся» — констатирует ребенок и уходит в сторону. В отличие от этого дети, не склонные к обиде, в большинстве случаев предлагают либо конструктивные, либо агрессивные решения проблемы.

### **Общий портрет**

Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что в основе повышенной обидчивости лежит напряженно-болезненное отношение ребенка к себе и самооценка. Он как бы фиксируется на собственном «я» и отношении к себе со стороны окружающих. Подобная самососредоточенность порождает острую и ненасыщаемую потребность в признании и уважении. Ребенку необходимо непрерывное подтверждение собственной ценности, значимости, «любимости». В то же время малыш приписывает окружающим пренебрежение и неуважение к себе, что дает ему мнимые основания для обиды и обвинения других. Этот порочный круг чрезвычайно трудно разорвать. Ребенок постоянно смотрит на себя глазами других и оценивает себя этими глазами, находясь как бы в системе зеркал. Эти «зеркала» позволяют видеть только самого себя, закрывая окружающий мир и других людей. Дело даже не в том, насколько правильно ребенок оценивает себя и свои возможности, а в том, что эта оценка становится главным содержанием его жизни. Все это приносит ребенку острые болезненные переживания и препятствует нормальному развитию личности, порождает неизбежные проблемы в межличностных отношениях с другими людьми.

### *Как помочь ребенку*

Обычно родители, понимая особую ранимость своего обидчивого малыша, его обостренную потребность в признании и уважении, стремятся удовлетворять эту потребность и как можно чаще хвалить и поощрять его. Однако потребность в похвале невозможно полностью удовлетворить. Более того, любая оценка (как отрицательная, так и положительная) фокусирует внимание ребенка на тех или иных качествах своего характера, на постоянном сравнении себя с другими. В результате сверстник начинает восприниматься не как равный партнер, а как конкурент, соперник и источник обиды. Поэтому **отсутствие оценок и сравнения детей (кто лучше, а кто хуже) должно стать одним из первых условий преодоления обидчивости.**

Несмотря на очевидность этого принципа, ему сложно следовать на практике. Поощрения и порицания прочно вошли в традиционные приемы воспитания. Взрослым обычно кажется, что любовь к ребенку выражается прежде всего в его похвале. Однако отсутствие оценок вовсе не означает общего безразличия к малышу. Напротив, родительская любовь и доброжелательность — необходимые условия его воспитания, и они не должны зависеть от конкретных успехов и достижений крохи. Взрослые должны стремиться избавить малыша от необходимости самоутверждаться и доказывать свое превосходство. Он должен постоянно чувствовать уважение к себе и доброжелательность окружающих. Только тогда маленький человечек будет ощущать уникальность, бесценность своей личности, и не будет нуждаться в постоянных поощрениях и сравнениях с другими.

В практике дошкольного воспитания распространены и широко используются конкурсы, игры-соревнования, поединки и состязания. Но обидчивым детям лучше не играть в такие игры, поскольку все они направляют внимание на собственные качества и достоинства, порождают ориентацию на оценку окружающих и, в конечном итоге, — неоправданные ожидания и обиды.

Для преодоления обидчивости главное — **показать ребенку, что оценка и отношение других — далеко не самое главное в его жизни** и что другие дети имеют свои интересы и желания, а вовсе не сосредоточены на его персоне. Они не выражают свое пренебрежение, а просто занимаются своим делом (играют, строят, разговаривают).

Конечно, объяснять все это на словах дошкольнику бесполезно. «Сдвинуть» ребенка с такой «фиксированное» на себе можно, открывая ему новые интересы, переключая его внимание на творчество, созидание и полноценное общение. Такие традиционные занятия, как рисование, лепка, конструирование, открывают богатые возможности для этого. Малыш должен испытать удовольствие от самого процесса рисования или игры — не потому что он делает это лучше всех, и его за это похвалят, а потому что это интересно, особенно если все делать вместе с другими. Интерес к сказкам, песенкам, рассматриванию картинок тоже отвлечет ребенка от мыслей о себе и об отношении к нему окружающих. Другие дети должны стать для него не источником обиды, а партнерами по общему делу. **Главной задачей является привлечение внимания ребенка к другому человеку и его различным проявлениям: внешности, настроениям, движениям, действиям и поступкам.** Он должен понять, что другие дети существуют вовсе не для того, чтобы уважать или не уважать его. Для этого важно создавать ситуации и организовывать игры, в которых дети могут пережить общность и сопричастность друг с другом в реальном взаимодействии. Это прежде всего ролевые, хороводные игры, простые игры с правилами и т.д. Подобные занятия дают возможность обидчивому ребенку видеть в сверстниках друзей и партнеров. Именно такие отношения порождают сочувствие, сопереживание, умение радоваться чужим успехам и помогают избежать обиды.

Конечно, все это, особенно на первых порах, требует от взрослых участия, а значит, времени и сил. Но следует помнить, что дошкольный возраст (до 6-7 лет) — этап чрезвычайно интенсивного формирования личности, самосознания и отношения к окружающим. В этот период еще возможно снять фиксацию на себе и преодолеть различные трудности в отношениях с другими, в том числе и обидчивость. По мере взросления ребенка сделать это будет все труднее...

Использован материал Елены Смирновой, зав. лабораторией психологии детей дошкольного возраста Психологического института РАО