**Консультация для родителей: «Как не дать себя в обиду».**

9 правил, о которых надо рассказать родителям ребенку.

**1. Никому не позволяй нарушить свои права.**

Никто не имеет права заставлять тебя действовать против твоей воли, угрожать тебе, дразнить или причинять боль. Если тебе некомфортна ситуация, стоит собраться духом и защитить себя словами или действиями. Но и ты тоже не должен нарушать права других людей!

**2. Будь уверен в своих действиях и мыслях.**

Поддерживайте в своем ребенке положительную самооценку, хвалите за высказанное личное мнение. Хвалите за хорошие поступки, научите реагировать на собственные ошибки. Цените своего ребенка и его успехи, и тогда он будет уверен в себе.

**3. Верь в лучшее.**

Научите ребенка замечать хорошее, не зацикливаться на негативе. Человеку - оптимисту проще воспринимать мир, такие люди притягивают к себе таких же положительных людей и такой же позитив.

**4. Ты имеешь право на личное мнение.**

Следует создавать различные условия для общения с разными людьми, подключать детей к этому общению, чтобы они учились высказывать свое мнение, начинать и поддерживать разговор. Опыт общения с разными людьми в разных ситуациях прибавит уверенности в себе.

**5. Драться – не самый лучший вариант.**

Не всегда драка является самым лучшим способом выхода из ситуации. Часто она только усугубляет ее. Слова намного лучше помогают в таких ситуациях!

**6. Никогда не поддерживай детей, которые дразнят тебя или других**.

Научите ребенка тому, что у него и у других людей есть имя, которое является настоящей ценностью. Все остальные прозвища и дразнилки должны игнорироваться.

**7. Никогда не бойся отказываться и говорить «нет».**

Важно, чтобы ребенок понимал, что у него есть выбор. Что он всегда может отказаться, сказать «нет». И самое главное, его выбор будут уважать.

**8. Обращайся за помощью.**

Научите ребенка просить о помощи, если он сам не справляется. В первую очередь обратиться стоит к родителям.

**9. Занимайся спортом.**

Спорт, особенно если есть успехи, очень поднимает уверенность в себе и в своих силах. Спорт развивает терпение и выдержку.