

# Рекомендации родителям о психологической безопасности детей

Мы привыкли рассматривать семью как очаг мира и любви, где человека окружают самые близкие и дорогие люди. Семья – важнейший из феноменов, сопровождающий человека в течение всей его жизни. Значимость ее влияния на личность, ее сложность, многогранность и проблематичность обуславливают большое количество различных подходов к изучению семьи.

Важнейшим фактором становления личности ребёнка является психологическая безопасность. **Психологическая безопасность ребенка – такое состояние, когда обеспечено его успешное психическое развитие, это одно из главных условий психического и физического здоровья ребенка.** Психологическая безопасность во многом определяется эмоциональным климатом семьи, в которой растет ребенок.

**Но, к сожалению, семья (даже внешне благополучная) очень часто напоминает театр военных действий, арену ожесточенных споров, взаимных обвинений и угроз, нередко доходит и до применения физической силы. А ведь именно семья должна обеспечивать развивающий характер ребенку-дошкольнику, а школьникам – состояние психологической защищенности.** Дети очень чувствительны к влиянию психологического насилия, опасности, дискомфорта.

Порой родители в воспитательных целях проявляют психологическое насилие по отношению к собственному ребенку, не отдавая себе отчет в том, что таким образом, они достигнут противоположного эффекта. Ребенок осознанно или неосознанно начинает сопротивляться, по-своему отражать неблагоприятные воздействия со стороны родителей, старается всячески защититься от возможных угроз его личности. Так формируются определенные механизмы психологической защиты. В некоторых случаях дети начинают лгать, изворачиваться, уходить из дома, в других - наоборот - противостоять родителям: делать все во вред, вести себя вызывающе, демонстративно, открыто или скрыто бунтовать.

1. **Дефицит внимания к ребенку в семье.** Тогда когда даже ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может оказаться внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела.
2. Психологическая безнадзорность в сочетании с гиперопекой, т.е. неумением справляться с жизненными ситуациями. Там, где господствует жесткая регламентация, где все определяется наставлениями и инструкциями, не остается места для нравственности.
3. Напряженная жизнь, стрессовые ситуации, в тех семьях, где происходит разлад между родителями (одна из причин разлада - алкоголизация родителей). В результате постоянного нарушения в семье психологической безопасности у ребенка формируется низкая самооценка, на фоне других детей он начинает осознавать свою не успешность. Более того, нарушения внутрисемейных отношений приводят к формированию социально опасного поведения ребенка.

Типичными нарушениями родительского поведения, которые неизбежно нарушают психологическую безопасность ребенка и побуждают его формировать всевозможные способы психологической защиты, можно отнести и следующие внутрисемейные моменты: прямое и непрямое доминирование родителей, безразличие к ребенку, недостаток теплоты и уважения к индивидуальным потребностям ребенка, вынуждение принимать чью-то сторону в родительских спорах, невыполнение обещаний

Существуют 3 фактора, которые позволяют родителям оказывать позитивное влияние на судьбу своих детей и на принимаемые ими решения.

**1. Это взаимоотношение родителей.** Ребенок - плод взаимоотношений родителей. И любовь родителей друг к другу - это его жизненная основа, основа его уверенности в себе, в своей ценности. Если ребенок видит, что его родители любят друг друга, он чувствует себя в безопасности.

Поэтому, обнимитесь на глазах у детей, говорите о том, что любите друг друга, чтобы дети это слышали.

И еще важным моментом является личный пример родителей. Если с ребенком проблемы, то в первую очередь нужно анализировать себя и свои взаимоотношения в семье. Обычно дети зеркально отражают наши проблемы.

**2. Создание безопасного климата в семье.** Атмосфера безопасности обеспечивается гармоничным сочетанием твердости и мягкости, труда и отдыха, необходимо поощрять и хвалить детей – для развития адекватной самооценки. Дом, где ребенок чувствует, что ему рады, что он вызывает интерес, что его уважают, его переживания разделяют, и он играет определенную нужную и важную роль, всегда будет притягивать его и поддерживать.

Фактор, который позволит родителям оказывать позитивное влияние на судьбу своих детей и на принимаемые ими решения это - **эффективное общение с детьми.** Самая простая помощь состоит в создании у ребенка убежденности в том, что он хороший и что родители его любят. Искренне радоваться успехам своего ребенка, интересоваться его делами, формировать веру в успех. При неудачах ребенка подчеркивать его достоинства, подкреплять уверенность в собственных силах, формировать перспективу. При критике сосредотачивайте внимание на конкретном поступке ребенка, не подвергайте критике личность ребенка в целом, не оскорбляйте, не унижайте его достоинства: вместо «Какой ты растяпа, вечно все роняешь!», лучше сказать: «В следующий раз будь, пожалуйста, поаккуратнее».

**29 июня 2010 года вступил в силу Закон Приморского края от 11.06.2010г. №622-КЗ «О внесении изменений в Закон Приморского края «О защите прав ребенка».**

Напомним, что прокуратура Приморья предложила ограничить не только ночное пребывание несовершеннолетних на улицах, но и определить перечень продукции, запрещенной для детей. В частности, документ устанавливает, что подростки в возрасте до 16 лет не должны находиться в ночное время (с 23 часов до 6 часов утра) в общественных местах без сопровождения родителей или иных

совершеннолетних родственников. "Закрытыми" для несовершеннолетних станут пивные рестораны и бары, клубы, а также места, предназначенные для реализации алкогольной продукции или товаров сексуального характера.

Согласно законопроекту несоблюдение детьми "комендантского часа" грозит штрафами: родителям - от пятисот до двух тысяч рублей, должностным лицам - от пяти до десяти тысяч, юридическим лицам – от десяти до семнадцати тысяч рублей.

- Объясните детям, что общаться и вести себя в социальной сети необходимо так же осторожно, как и в реальной жизни.
- Запретите детям оставлять в публичном доступе или отправлять незнакомцам по почте контактную информацию (телефон, адрес).
- Объясните детям, что нельзя соглашаться на уговоры незнакомых людей о личной встрече. Подобные предложения лучше игнорировать, общение со слишком настойчивым человеком прекратить.
- Просматривайте сайты, которыми часто пользуется ваш ребёнок, с целью недопущения вовлечения ребёнка в неформальные организации.

•  
**Напоминайте подросткам, особенно девушкам, о необходимости соблюдать следующие правила:**

- уходя из дома, всегда сообщать куда идут и как с ними можно связаться в случае необходимости;
- сообщать по телефону, когда они возвращаются домой;
- не входить в кабину лифта с незнакомыми мужчинами;
- избегать случайных знакомств, приглашения в незнакомые компании.

Помните, что сексуальное воспитание и развитие юношей и девушек в первую очередь зависит от вас. Расскажите своему ребенку, учитывая его возраст и уровень развития, о сексуальности. Ребёнок обратится к вам в случае сексуального приставания лишь в том случае, если он доверяет вам. Информировать его о возможных видах сексуальных посягательств. При этом помните, что ребёнку всегда нужна ваша поддержка.

Следите за тем, с кем общается ваш ребенок и где он бывает, нет ли около него подозрительных взрослых людей или чересчур сексуально развитых сверстников. Смотрите, чтобы ваш ребенок не пользовался сомнительной литературой и видео продукцией. Не запугивайте ребенка. Вы можете посеять в его душе страх, который, развившись с возрастом, атрофирует его волевые качества. Поддерживайте с детьми доверительно-дружеские отношения. В этом случае ваше воздействие будет особенно эффективным.

О любом факте насилия или его попытке немедленно сообщайте в полицию.

**Важно любить детей и поддерживать с ними контакт.** Отсутствие у ребенка эмоциональной связи с родителями, ощущение им своей ненужности значительно увеличивает уровень риска. Благодаря контакту можно узнать о проблемах и вопросах, которые волнуют маленького человека, а решая их с ним, помочь ему научиться

правильно вести себя в той или иной ситуации. Не перебивая, очень внимательно слушайте подростка, когда он рассказывает о прожитом дне, анализируйте всё сказанное им, интересуйтесь книгами, которые он читает, смотрите фильмы, которые он смотрит, вместе «бродите» по Интернету и играйте в компьютерные игры. Необходимо совместно с ребёнком решать не только его проблемы, но и свои. Рассказывая ему о том, что вас волнует, как вы находите ответы на возникающие вопросы.

**Знание, как не надо делать, не помогает разрешить проблему. Важно учить на разрешительном фоне, демонстрируя, показывая и рассказывая, как можно и нужно делать. И обязательно объяснять, почему так делать нельзя, а не просто запрещать.**