

Каким образом родители (а также педагоги) могут создать психологически безопасное пространство для детей, исключая гиперопёку и запретительную позицию?

Прежде всего безопасность появляется при наличии хороших границ возможного и невозможного поведения со стороны взрослых и детей, при уважении к физическим границам и личности каждого человека в этом пространстве. Если папа бьет маму, травму получает не только мама, но и все члены семьи за счет эмпатии и идентификации, кто с жертвой, кто с агрессором. У ребенка должны быть четкие правила, по которым он живет, а также — предсказуемость, последовательность поведения значимых взрослых. Ничто так не расшатывает психику ребенка, как отсутствие режима дня, невнятность требований взрослых, вседозволенность, распушенность, повышенная требовательность, чрезмерная строгость, отсутствие наказаний или спутанность ролей в семье/в детском коллективе, постоянные конфликты. Безопасное пространство – это четкие внешние границы и свобода внутри них. Психологическая работа – это пример модели безопасного психологического пространства: есть четкий временной промежуток длительности консультации, есть кабинет, есть психолог, есть оплата, есть то, что нельзя делать во время психологической работы, например, ломать мебель, бить психолога или других людей. При этом внутри сессии много свободы и спонтанного творчества, которое возникает во взаимодействии, основывается на договоре. Семья или детский коллектив могут быть организованы таким безопасным образом для ребенка. Чем старше ребёнок, тем больше необходимо уделять времени и внимания договору с ним, это позволяет появляться его собственному видению, способствует развитию его чувствительности к себе, его самости, которая поможет ему отделиться от родителей, искать подходящее ему место в жизни. Поэтому сопровождать ребенка в его жизни – это двигаться от безопасности к свободе. Взрослым необходимо в этом процессе быть гибкими, чувствительными к быстро меняющимся нуждам детей, не забывая о том, что они сами задают образец модели поведения и образа жизни.