

## Консультация

### «Психологическая безопасность детей»

«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».

Болотова Н.П.

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.

Что же является основными причинами нарушения психологической безопасности ребенка в семье?

**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.

В результате постоянного нарушения в семье психологической безопасности у ребенка формируется низкая самооценка, на фоне других детей он начинает осознавать свою не успешность. Нарушения психологической безопасности проявляются в следующем: беспокойный сон, трудности в засыпании, проявления беспричинной обидчивости, плаксивости или повышенной агрессивности, рассеянность и невнимательность, проявления упрямства, нарушение аппетита, повышенная тревожность.



Все перечисленные признаки могут говорить нам о том, что ребенок находится в состоянии психоэмоционального напряжения или стресса. Более того, нарушения внутрисемейных отношений приводят к формированию социально опасного поведения ребенка.

**Факторы, 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.

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 разделены, и он играет определенную нужную и важную роль, всегда будет притягивать его и поддерживать его уверенность в себе (а у нас зачастую родители не хотят забирать своих детей даже на выходные дни, а детки это очень сильно переживают и чувствуют свою ненужность родителям).

3.Эффективное общение с детьми. Самая простая помощь состоит в создании у ребенка убежденности в том, что он хороший и что родители его любят. Например, можно несколько дней подряд записывать малейшие достижения ребенка и по вечерам читать их ему, приговаривая: "Вот какой ты замечательный!", искренне радоваться малейшим 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».

Поскольку психологическая безопасность ребенка - условие жизненной успешности и гарантия благополучия человека в жизни, очевидно, что родителям не стоит экономить силы на ее обеспечение в детстве.

У детей существует колоссальная потребность в родителях. Поэтому важно уделять время ребенку, проявлять интерес к жизни ребенка. Спрашивать, как прошел день, что он думал, переживал, чувствовал. Не только про уроки и школу, но и про друзей, про последний фильм который он смотрел. Выслушивать своих детей предельно внимательно, о чем бы они ни говорили. Рассказывает - значит, доверяет вам. Важно не потерять этого доверия.