

Психологическая безопасность ребенка

Понятие «психологическая безопасность» чаще всего раскрывается через использование понятий «психическое здоровье» и «угроза». При этом психологическая безопасность трактуется как такое состояние, когда обеспечено успешное психическое развитие ребенка и адекватно отражаются внутренние и внешние угрозы его психическому развитию.

Внешние источники угрозы психологической безопасности

Физические:

- ◆ неблагоприятные погодные условия; недооценка значения закаливания;
- ◆ нерациональность и скудность питания;
- ◆ несоблюдение гигиенических требований к содержанию помещений;
- ◆ враждебность окружающей ребенка среды, когда ему ограничен доступ к игрушкам, действуют необоснованные запреты.

Социальные:

- ◆ манипулирование детьми, наносящее серьезный ущерб позитивному развитию личности;
- ◆ межличностные отношения детей с другими детьми;
- ◆ интеллектуально-физические и психоэмоциональные перегрузки из-за нерационально построенного режима жизнедеятельности детей;
- ◆ неправильная организация общения: преобладание авторитарного стиля; отсутствие понятных ребенку правил, регулирующих его поведение в детском обществе.

Семейные:

- ◆ сформировавшиеся в результате неправильного воспитания в семье привычки негативного поведения;
- ◆ осознание ребенком на фоне других детей своей неуспешности; отсутствие автономности (зависимость от взрослых);
- ◆ индивидуально-личностные особенности ребенка; патология физического развития и др.

Признаки стрессового состояния ребенка при нарушении его психологической безопасности:

- засыпания; беспокойный сон;
- усталость после нагрузки;
- беспричинная обидчивость;
- плаксивость; повышенная агрессивность;
- рассеянность и невнимательность;
- отсутствие уверенности в себе;
- проявление упрямства; нарушение аппетита;
- стремление к уединению;
- подергивание плеч;
- качание головой; дрожание рук;
- снижение массы тела; повышенная тревожность и т.д.

Все перечисленные признаки могут говорить о том, что ребенок находится в состоянии психоэмоционального напряжения.



А как же справиться с этими причинами, которые приводят к нарушению психологического здоровья?

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

1.Взаимоотношения 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.

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».

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 важную и важную роль, всегда будет притягивать его и поддерживать его уверенность в себе.

3.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 малейшим успехам своего ребенка, интересоваться его делами, формировать веру в успех. При неудачах ребенка подчеркивать его достоинства, подкреплять уверенность в собственных силах, формировать перспективу.

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. Выслушивать своих детей предельно внимательно, о чем бы они ни говорили. Рассказывает - значит, доверяет вам. Важно не потерять этого доверия.

623300

Свердловская область,
г. Красноуфимск,
ул. Пролетарская, 100.
8(34394) 5-07-47

ГБОУ СО «Красноуфимская школа»

Территориальная психолого-медико-педагогическая комиссия

Буклет для родителей

"Психологическая безопасность ребёнка"

