Скрыть

Психологическая безопасность ребенка. Что надо знать родителям.****

Психологическая безопасность для ребенка заключается в отсутствии опасных условий психического развития ребенка, когда правильно и корректно исключаются внутренние и внешние угрозы психическому здоровью ребенка.

**Внешние источники психологической угрозы для ребенка.**

* Недостаточное внимание к воспитанию ребенка, развитию общественно-полезных навыков.
* Манипулирование ребенком со стороны взрослых.
* Агрессивное поведение взрослых/родителей/учителей по отношению к ребенку.
* Враждебная агрессивная среда дома, в школе, на улице.
* Осознание ребенком своей не успешности, ущербности в сравнении со сверстниками.
* Прямая зависимость от взрослых/родителей, что порождает комплекс неполноценности.
* Необоснованные запреты.
* Нарушение личностных границ ребенка.
* Нагрузки, не соответствующие возможностям ребенка.
* Отсутствия понятных правил взаимоотношений в семье/школе или не соблюдение взрослыми этих правил.
* Авторитарный стиль воспитания.

**К внутренним источникам психологической опасности,  можно отнести следующее:**

* Негативные привычки, которые сформировались у ребенка.
* Низкая самооценка.
* Страх, неуверенность в своих силах, беспомощность.
* Недоверие этому миру (нарушение привязанности к родителям). Ребенок не чувствует себя защищенным.
* Невнимательность и неконтролируемость своих действий.
* Отсутствие ответственности за свои поступки.
* Болезненные эмоции и чувства. Неумение с ними правильно справляться.

**Симптомы нарушения психологической безопасности ребенка.**

Проблемы со сном, питанием, личной гигиеной и самообслуживанием.

Быстрая утомляемость

Частые и беспричинные слезы. Беспокойство без видимых причин.

Не умение организовать свое время для учебы и отдыха: «Мне скучно, мне нечем заняться!»

Уединение предпочтительнее общению со сверстниками.

Энурез. Энкопорез. Нервные тики.

**Как помочь ребенку?**

Проанализировать свое собственное родительское отношение к ребенку. Обоснованны ли претензии, неудовольствия.

Обратиться к специалистам, если необходима помощь, а не обвинять себя и всех**.**

Разговаривать, но, не читая нотации и ругая ребенка, а рассказывая о личном примере или литературном примере , который помог справиться с данной ситуацией/проблемой.

**Важно понимать, что ребенок специально не хочет быть плохим, злым, агрессивным и непослушным.**

Понимать и принимать любую эмоцию ребенка, говоря ему об этом: «Мне кажется, что ты сейчас злишься; негодуешь; обижаешься; грустишь; тоскуешь; горюешь, боишься и т.д. Да, так бывает! У меня так же было, я понимаю тебя! Что я сейчас могу для тебя сделать?»

Научиться самим и научить ребенка правильно и безопасно отпускать болезненную эмоцию из себя!

Защищать своего ребенка всегда. Давать ему поддержку! Дома, в спокойной обстановке вы сможете разобраться в причинах и вместе исправить последствия! Сделать выводы и сформировать иной полезный опыт.

Родителям надо быть с ребенком и в радости и в беде. Не справляться/делать «за ребенка», а вместе с ребенком.

<https://www.b17.ru/article/psixobezopasnosti_da/>