

Психологическая безопасность ребенка в семье



Психологическая безопасность ребенка

Важнейшим фактором становления личности ребенка является его **психологическая безопасность**, которая заключается в отсутствии опасных условий для психического развития, исключаются внутренние и внешние угрозы психическому здоровью ребенка.

Внешние источники психологической угрозы:

- ✓ Недостаточное внимание к воспитанию ребенка;
- ✓ Манипулирование ребенком со стороны взрослых;
- ✓ Агрессивное поведение взрослых по отношению к ребенку;
- ✓ Враждебная агрессивная среда дома, в школе, на улице;
- ✓ Необоснованные запреты;
- ✓ Нарушение личных границ ребенка;
- ✓ Нагрузки, несоответствующие возможностям ребенка;
- ✓ Авторитарный стиль воспитания.

Внутренние источники психологической угрозы:

- ✓ Негативные привычки, которые сформировались у ребенка;
- ✓ Низкая самооценка;
- ✓ Страх, неуверенность в своих силах, беспомощность;
- ✓ Недоверие к миру (нарушение привязанности к родителям);
- ✓ Невнимательность и неконтролируемость своих действий;
- ✓ Отсутствие ответственности за свои поступки;
- ✓ Болезненные эмоции и неумение ими управлять.

Нарушение психологической безопасности может привести к стрессу ребенка.



Симптомы стрессового состояния ребенка:

- ✓ Трудности засыпания, беспокойный сон;
- ✓ Быстрая утомляемость;
- ✓ Беспричинная обидчивость;
- ✓ Плаксивость;
- ✓ Повышенная агрессивность;
- ✓ Рассеянность и невнимательность;
- ✓ Отсутствие уверенности в себе;
- ✓ Проявление упрямства;
- ✓ Нарушение аппетита;
- ✓ Снижение массы тела;
- ✓ Желание уединиться, чем игры со сверстниками;
- ✓ Повышенная тревожность;
- ✓ Энурез;
- ✓ Нервные тики (подергивание плеч, качание головой, дрожание рук)

Психологическая безопасность ребенка зависит от вас:

- Никогда не конфликтуйте в семье при детях, не проявляйте агрессию к близким;
- Старайтесь строить доверительные взаимоотношения, не высмеивайте детей, даже если они делают и говорят глупости;
- Давая указания, аргументируйте их Целесообразность;
- Наказывайте ребенка только после разбирательств и справедливо;
- Помните, что маленькие дети спустя несколько минут уже забывают о прошлой ситуации, поэтому нет никакого смысла держать малыша в углу длительное время, он всё равно отвлечется и забудет, что он тут делает;
- Соизмеряйте наказания с поступками, проводите разъяснительные беседы;
- Не игнорируйте просьбы детей и не отмахивайтесь от них;
- Не высмеивайте их чувства и стремления, не доверяйте своим мнением, а лишь направляйте их и подсказывайте;
- Исключите доступ ребенка к опасной для его психики информации.

Родители! Наполните жизнь вашего ребенка любовью, сделайте его счастливым - это лучшее лекарство от страхов, неуверенности в себе, агрессивности и других психологических проблем.

Составила
педагог-психолог Макушина Ю.Н.